AGOSTO 2021

LA CUCINA ITALIANA

DAL 1929 IL MENSILE DI GASTRONOMIA CON LA CUCINA IN REDAZIONE

TIRAMISÙ IN VERSIONE GELATO (CON STECCO)

CAPRI E ISCHIA DOVE MANGIARE BENE E BIOLOGICO

SPAGHETTI FREDDI CINQUE RICETTE ISPIRATE A GUALTIERO MARCHESI

TIMBALLO

CLASSICO E NELLA NOSTRA VARIANTE ESTIVA, FRESCA E LEGGERA

#LACUCINAITALIANAPATRIMONIODELLUMANITÀ

POSTE ITALIANE S.P.A. - SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE AUT. MBPA/LO-NO/019/A.P./2019 - PERIODICO ROC - LO/MI - AUSTRIA € 11,50 - BELGIO € 9,00 - FRANCIA € 7,90 - GERMANIA € 11,50 - LUX € 8,00 - SPAGNA € 7,50 - SVEZIA SEK 99,00 - CANTON TICINO CHF 11,40 - SVIZZERA CHF 12,00 - U.K. GBP 8,99 - PORTOGALLO € 7,30

60
ANNI
insieme
adv KOMMA
Dalla cucina al bagno, dalla cabina armadio al living
SIAMO DIVENTATI CASA INSIEME
SCAVOLINI™
La più amata dagli italiani

CASTAGNER
PROSECCO "ICE"
GRAPPA DA BRIVIDO
#bevilaghiacciata
CASTAGNER
GRAPPA
PROSECCO
"ICE"
SI GUSTA
FREDDA
BEVI RESPONSABILMENTE

MANDAMI UNA CARTOLINA

Ricordate quando si rientrava dalle vacanze e si correva alla cassetta della posta per vedere se erano arrivate le cartoline o addirittura delle lettere? Settembre era il mese del ritorno alla normalità, del colore della pelle che stava bene con gli abiti di città e delle cartoline. Più erano più aumentava la felicità. Si scrivevano poche cose, spesso sempre le stesse, si mandavano foto anche tremende a volte scattate da chissà chi, un po' goliardiche, ma la gioia di quelle parole e del francobollo con il timbro era sempre la stessa. Oggi spediamo foto con lo smartphone, si sa, ma non ho mai smesso di mandare cartoline. Meno di un tempo, certo, con quelle frasi tipo «saluti dalla riviera» oppure «viva le vacanze!» o ancora «baci salati». Parole, abitudini un po' naïf che appartengono a un mondo che è ancora dentro di noi, seppur mascherato dalla fretta, e che ritroviamo molto spesso quando siamo in cucina in campagna, al mare, o comunque fuori dalla routine della città. La corrispondenza fa parte di quei gesti un po' antichi come lasciar cuocere uno stufato per ore, con la casa che s'inonda di un delizioso profumino, e la sensazione di una busta di carta un po' spessa è così vicina al mondo della pasta tirata a mano sul tavolo di marmo, al suono di chi sta apparecchiando il desco per il pranzo della domenica. Quest'anno manderò ancora delle cartoline e scriverò sopra una ricetta tipica dei luoghi in cui mi sono trovata, tutti italiani, tutti meravigliosamente ricchi di sapori e piatti squisiti. Quest'anno scriverò tante cartoline a mano, con la penna biro e la certezza nel cuore che certi gesti non spariranno mai, così come certe, ottime, pietanze della cucina italiana. Buone vacanze e per favore, se vi va, mandatemi una cartolina.

Maddalena Fossati Dondero
mfossati@condenast.it
instagram.com/maddalena_fossati

SOMMARIO

La filosofia che ci guida dal 1929

Ogni piatto nasce dalla nostra cucina in redazione, una cucina di casa proprio come la vostra. Un cuoco lo pensa e lo realizza, e un redattore ne segue tutti i passaggi, per raccontarvi nel dettaglio che cosa dovrete fare per replicarlo. E dopo averlo fotografato lo assaggiamo e verifichiamo che sia all'altezza delle vostre aspettative.

50
Melanzane, ricotta salata, erbe mediterranee per il gustoso ripieno di questi calamari in stile siciliano conditi con finocchietto e zafferano.

5 **Editoriale**
10 **Guide**
Menù
13 **Notizie di cibo**
Indirizzi, aperture, oggetti e novità per amanti della buona tavola
18 **Una cucina, tante cucine**
Un incrocio di saperi popolari e signorili
20 **Formaggi**
Le tome
21 **Parola di sommelier**
Vita da riviera
22 **Belle maniere**
L'arte del «bouquet»
23 **Dammi il solito (cocktail)**
È rinata una stella
24 **Classici regionali**
Il timballo di pasta tradizionale e moderno
30 **La lettrice in cucina**
Felicità fronte mare
32 **Storie di famiglia**
La foresta di marasche *Luxardo*

Il Ricettario

Agosto: piatti ispirati alle specialità dei luoghi di vacanza
40 **Antipasti**
45 **Primi**
49 **Pesci**
53 **Verdure**
57 **Carni e altro**
61 **Dolci**

66 **Ciao ciao campanili**
Isole amiche. Capri e Ischia
72 **Arriva il dolce**
Finale da brivido
78 **Cosa si mangia in Puglia**
L'altro Salento
84 **Nuovi modi**
Fatela lunga (ma fredda). Insalate di pasta di alta cucina
90 **Conoscere l'ingrediente**
Il profumo di agosto. Pesche e peperoni
98 **Letture sotto l'ombrellone**
Vi racconto una storia
104 **Tecniche**
4 salse per 4 insalate
108 **Prodotti e produttori**
Fior di capperi
110 **Filiere**
Chiare, fresche, dolci acque
112 **Nel bicchiere**
Che belle degustazioni

La Scuola

Scoprire novità e tecniche
119 **Ricette sfidanti**
Gli arancini
121 **A cronometro**
Arrotolato in una foglia
122 **I nostri corsi**
E tu, che allievo sei?
123 **Principianti in libertà**
Assaggia, è una sorpresa. Composta di lamponi
124 **Il punto critico**
Pelare i peperoni

Guide

125 **Dispensa**
126 **Indirizzi**
127 **L'indice di cucina**
127 **Le misure a portata di mano**

128 **Giovani da tenere d'occhio**
Apriti sesamo

IN COPERTINA
Il timballo di pasta (pag. 24)
Ricetta di Joëlle Néderlants
foto di Riccardo Lettieri
styling di Beatrice Prada

32 La famiglia Luxardo.

68 La costa sud di Ischia.

72 Mini ghiaccioli di frutta.

FOTO INGREDIENTI **AG. GETTY IMAGES, ARCH. LCI**

VI ASPETTIAMO IN EDICOLA OGNI MESE

Per scrivere alla redazione:
cucina@lacucinaitaliana.it
oppure La Cucina Italiana, piazzale Cadorna 5/7, 20123 Milano, telefono 02 85611

SIAMO ANCHE IN DIGITALE

Potete acquistare la copia singola o l'abbonamento in edizione digitale sulla App LA CUCINA ITALIANA disponibile su Apple Store e Google Play.

PER ABBONARSI

www.abbonamenti.it/r10377
oppure chiamate lo 02 86808080

IL SITO

Scoprite i video e i contenuti aggiuntivi di La Cucina Italiana e cercate la vostra ricetta preferita tra le tantissime che pubblichiamo ogni giorno su
lacucinaitaliana.it

I SOCIAL

Seguiteci su
facebook.com/LaCucinaItaliana
instagram.com/LaCucinaItaliana
twitter.com/Cucina_Italiana

Si trova a Milano in via San Nicolao 7 (angolo piazzale Cadorna). Non perdetevi i nostri corsi di cucina e di pasticceria, per principianti ed esperti.
scuola.lacucinaitaliana.it
Scoprite anche le videolezioni online su
corsidigitali.lacucinaitaliana.it

LA CUCINA ITALIANA

N. 08 - Agosto 2021 - **Anno 92°**

Direttore Responsabile
MADDALENA FOSSATI DONDERO

Art Director
BRENDAN ALLTHORPE
Caporedattore
MARIA VITTORIA DALLA CIA
Contributing Editor
FIAMMETTA FADDA

Redazione
LAURA FORTI (redattore esperto) – lforti@lacucinaitaliana.it
ANGELA ODONE – aodone@lacucinaitaliana.it
SARA TIENI – stieni@lacucinaitaliana.it
Ufficio grafico
RITA ORLANDI (capo ufficio grafico)
FRANCESCA SAMADEN
Photo Editor
ELENA VILLA
Cucina sperimentale
JOËLLE NÉDERLANTS
Styling
BEATRICE PRADA (consultant)
Segreteria di Redazione
MONICA OGGIONI – cucina@lacucinaitaliana.it
Lacucinaitaliana.it
STEFANIA VIRONE VITTOR (coordinamento sito) – svirone@lacucinaitaliana.it
RICCARDO ANGIOLANI – rangiolani@condenast.it
ALESSANDRO PIROLLO – apirollo@lacucinaitaliana.it

Cuochi
DAVIDE BROVELLI, JOËLLE NÉDERLANTS, VALERIA NOZARI, ALESSANDRO PROCOPIO, GIULIA ROTA
Hanno collaborato
MARINA MIGLIAVACCA, MASSIMO MONTANARI, VALERIA NAVA, ENRICO SEMPRINI, STUDIO DIWA (REVISIONE TESTI), GIULIA UBALDI, VALENTINA VERCELLI, GABRIELE ZANATTA
Per le immagini
AG. GETTY IMAGES, AG. LA CAMERA CHIARA, GUIDO BARBAGELATA, GIACOMO BRETZEL, FEDERICO CIAMEI, RICCARDO LETTIERI, ANNAPURNA MELLOR, ALESSANDRO MOGGI

EDIZIONI CONDÉ NAST S.p.A.

Managing Director NATALIA GAMERO DEL CASTILLO

Chief Operating Officer DOMENICO NOCCO

Chief Revenue Officer FRANCESCA AIROLDI

Vice Presidente GIUSEPPE MONDANI
Consumer Marketing Director ALESSANDRO BELLONI
Circulation Director ALBERTO CAVARA
HR Director CRISTINA LIPPI
Production Director ENRICO ROTONDI
Financial Controller LUCA ROLDI
Controller CRISTINA PONI
Digital Director ROBERTO ALBANI
Digital CTO MARCO VIGANÒ
Enterprise CTO AURELIO FERRARI
Social Media Director ROBERTA CIANETTI
Head of Digital Marketing GAËLLE TOUWAIDE
Head of Data Marketing TERESA ROTUNDO
Head of Digital Video RACHELE WILLIG

Advertising sales
Sales & Marketing Advisor ROMANO RUOSI
Fashion, Luxury, Beauty Sales Director, Vanity Fair & Vogue Lead MICHELA ERCOLINI
Bizfitech, Cpg, Media/Entertainment & Auto Sales Director, GQ Italia &Wired Italia Lead LORIS VARO
Home & Travel Sales Director, La Cucina Italiana, AD Italia e CN Traveller Italia Lead CARLO CLERICI
Cnx Italia Director VALENTINA DI FRANCO
Account Strategy Director SILVIA CAVALLI
Digital & Data Sales Director MASSIMO MIELE
Advertising Marketing Director RAFFAELLA BUDA
Regional Sales Director ANTONELLA BASILE
Beauty Director MARCO RAVASI
Fashion & International Director MATTIA MONDANI
Account Strategist/Brand Ambassador La Cucina Italiana FEDERICA METTICA

Sede: 20123 **Milano**, piazzale Luigi Cadorna 5 - tel. 0285611 - fax 028055716.
Padova, c/o Regus Padova Est Sottopassaggio Mario Saggin 2 - 35131 Padova, tel. 0285611 - fax 028055716.
Bologna, c/o Copernico via Altabella 17 - 40125 Bologna, tel. 0085611 - fax 028055716.
Roma, via C. Monteverdi 20, tel. 0684046415 - fax 068079249.

menù

Per il pranzo e per la cena quattro proposte con le nostre ricette di agosto

Pane cunzato alla siciliana pag. 43
Meloni e prosciutto con ricotta, crostini e mandorle pag. 44
Frittata alle erbe pag. 60
Torta di anguria pag. 75
Composta di lamponi pag. 123
Insalata con salsa al gorgonzola pag. 105

ORTOFRUTTA

Un pieno di sapore e freschezza

Malloreddus con patate, pomodoro e salsa alla menta pag. 48
Caciocavallo alla griglia e anguria piccante pag. 60
Sorbetto di pesche pag. 93

INVITO A CENA

Servito freddo con eleganza

Insalata di bosco pag. 55
Linguine in gazpacho di barbabietola pag. 86
Fichi al caprino e pistacchi pag. 75

TUTTO PESCE

In compagnia di fronte al mare

Sardine imbottite e fritte pag. 51
Spaghetti ai ricci di mare pag. 48
Polpo affogato in rosso e crema di limone pag. 52

TRADIZIONE

Ispirato alle cucine regionali

Arancini pag. 119
Calamari ripieni di melanzane, patate e ricotta salata pag. 51
Stecchi di tiramisù pag. 76

notizie di cibo

a cura di SARA TIENI

C'è più gusto a campeggiare

Dici estate, dici «glamping»: per la moda, tutta nordeuropea, del campeggio chic l'Italia è tra le mete più ambite. Dal Nord al Sud, sono tante le regioni che propongono soluzioni in cui si mescolano comfort, avventura e offerte enogastronomiche sofisticate. Volete provare? Si inizia dalla natura lagunare di Cavallino-Treporti, alle porte di Venezia, con Camping Village Mediterraneo (*campingmediterraneo.it*). Si prosegue con Vacanze col cuore, azienda fondata dall'olandese Loek van de Loo, trapiantato a Brescia da trent'anni e «padre» del glamping europeo: sette le destinazioni nazionali, tra lago di Garda, lago d'Idro e Toscana. Si va dal tre al cinque stelle, si dorme in caravan da sogno riadattati (sopra, Airstream, un modello degli anni Settanta), tende-lodge in stile safari o case mobili, e si mangia e si beve a chilometro zero. All'Orlando in Chianti Winter Glamping, per esempio, si degustano oli extravergini, formaggi e tartufo e a cena si ordina la fiorentina con vini del territorio nel ristorante-serra Roof Garden, tra fiori e piante. Sempre in Toscana, alla Vallicella, c'è addirittura una vineria con una grande selezione di etichette Doc (*vacanzecolcuore.com*).

LA BELLEZZA DELLA TAVOLA

Invito al viaggio

Segnaposto indiani, colori maiorchini e creatività italiana: Ida Corti mostra come apparecchiare «raccontando di sé»

«Dopo un anno pittoresco e faticoso, ho bisogno di colori, di accendere la fantasia». Racconta così la sua tavola Ida Corti, amministratore delegato dell'azienda di tessili artistici Lisa Corti, fondata dalla madre Lisa, artista cosmopolita. L'azienda ha da poco lanciato Flame, prima collezione per la casa prodotta interamente in Italia ispirata alla tradizionale stampa maiorchina *tela de lenguas*. «Mi piace personalizzare la tavola con i ricordi di viaggio: come segnaposto uso delle piccole divinità indiane. Via libera al servizio d'argento per tutti i giorni, bicchieri colorati, di vetro soffiato per le occasioni formali. La tavola all'aperto può essere un mix di stoviglie spaiate accostate ad arte. Decoratela con fiori, frutta e verdura. Deve parlare di voi». Un indirizzo? «Il Laboratorio Paravicini a Milano che realizza piatti dipinti a mano, con cui lanceremo presto una collezione». *lisacorti.com, paravicini.it*

Sopra, Ida Corti, ad della maison Lisa Corti; una tavola apparecchiata con la nuova collezione di tessili fatti a mano Flame. In alto, piatti e tovaglia della linea Maya di Tognana, *tognana.com*

NUOVE APERTURE

Gente di mare

Un ristorante, ma poi anche una pasticceria, un cocktail bar, una pizzeria molto chic. Infine, un servizio di catering per le barche ormeggiate in porto: Cracco Portofino è il nuovo viaggio gastronomico di Carlo Cracco e della moglie Rosa Fanti che hanno preso in gestione gli spazi dell'ex Pitosforo dove, negli anni Cinquanta, erano di casa Rita Hayworth e Alberto Sordi. La magia continua. *shop.carlocracco.it*

Sotto, Carlo Cracco con una selezione di ortaggi liguri; la moglie Rosa Fanti sulla terrazza del nuovo Cracco Portofino che affaccia sulla baia. Ravioli con borragine, in menù.

FOTO GIOVANNI MALGARINI

COME SERVIRE

Aperi-mela?

Una mela al giorno, e anche una per stagione. In Val Venosta, per esempio, la raccolta inizia adesso con la Royal Gala e finisce verso fine ottobre con varietà come la Braeburn (nella foto). Come per il vino, ognuna ha un bouquet di sapori diverso. Assaggiatele con salumi e formaggi stagionati. E per trovare la vostra preferita, cercate su *lasaporeria.it* le indicazioni gustative e sensoriali di ogni tipologia.

INSIEME CON...

Valdadige Pinot Grigio Doc 2020 Santa Margherita, fruttato e leggero, è ideale con gli antipasti. *santamargherita.com*
Speck Alto Adige Igp, speziato e leggermente affumicato, si sposa bene con la dolcezza della mela. *speck.it*

DIARIO CULINARIO

Spaghetti e medaglie

È golosa di carbonara **Margherita Panziera**, olimpionica a Tokyo. Tanto, brucia tutto in vasca

Dopo il record italiano nei 200 dorso e le medaglie agli Europei, per la nuotatrice **Margherita Panziera** si sono aperte le porte dei Giochi olimpici di Tokyo. Originaria di Montebelluna, vive da sette anni a Roma dove si allena dodici volte alla settimana. Della capitale adora anche la cucina. Mette i pistacchi ovunque, non a caso l'American Pistachio Growers, associazione no profit dei coltivatori di pistacchio californiani, l'ha presa come ambasciatrice. Ama nutrirsi bene, con qualche strappo alla regola...

Doppio cornetto «La colazione perfetta? Me la concedo in vacanza: cappuccio e cornetto, anche due di fila!».

Il pranzo della domenica «Le lasagne al forno col ragù: quando mia madre le prepara vuol dire che c'è qualcosa di speciale da festeggiare».

Nella dispensa «Pasta e sughi, non ne posso fare a meno: mi danno energia. E adoro la carbonara».

Il posto dove tornare «Un piccolo bar in riva al mare a Porto Santa Margherita, vicino a Caorle».

Lo spuntino di mezzanotte «Latte e biscotti in compagnia del mio fidanzato».

Il peccato di gola «Le patatine fritte».

L'assaggio inaspettato «Pizza ananas e prosciutto cotto. Confesso che mi è piaciuta. Ma una volta basta e avanza».

GUSTO E DESIGN

Avere trent'anni

Nata nel 1991, l'iconica macchina da caffè espresso di Gaggia, modello Classic, festeggia con un'edizione limitata di 3000 pezzi interamente prodotta in Italia e firmata dal designer Pierpaolo Gaballo (sopra), già illustratore, tra l'altro, per il Teatro Regio di Parma. *classic30.gaggia.com*

FOTO GIANMATTIA D'ALBERTO, ARCH. LCI

LA CULTURA GASTRONOMICA ITALIANA VERSO IL RICONOSCIMENTO UNESCO

UN INCROCIO DI SAPERI POPOLARI E SIGNORILI

La ricchezza del nostro patrimonio culinario nasce dai contributi di tutte le classi sociali, come testimonia il più grande cuoco del Rinascimento **di MASSIMO MONTANARI**

Solo un'immagine preconcetta della cosiddetta cultura «subalterna» può farci credere che l'elaborazione gastronomica sia appannaggio esclusivo delle classi dominanti. L'invenzione nasce dal lusso tanto quanto dal bisogno (il fascino della storia è anche questo: scoprire come gli uomini, con il lavoro e con la fantasia, hanno cercato di trasformare i morsi e le paure della fame in potenziali occasioni di piacere). A costruire nel tempo un gusto «italiano» non è stata solo la rete orizzontale dei prodotti e dei saperi scambiati da un luogo all'altro del Paese, ma anche la rete verticale che ha incrociato gli apporti di tutte le classi sociali.

Fu questo, tra Otto e Novecento, il segreto che assicurò lo strepitoso successo di pubblico della *Scienza in cucina* di Pellegrino Artusi: in quel ricettario tutti potevano riconoscersi. La cucina borghese, che Artusi raccontava, aveva fatto tesoro della tradizione aristocratica e aveva un forte sostrato contadino. Ma voglio portare un esempio più antico, che ci riporta all'epoca d'oro del Rinascimento italiano e al cuoco di maggior fama del tempo, Bartolomeo Scappi. Il suo libro di cucina (*Opera*, 1570), oltre a centinaia di ricette, contiene i dettagli dei pranzi più importanti che gli capitò di allestire. Nel 1536, a Roma, quando era al servizio del cardinale Campeggi, preparò uno straordinario banchetto per l'imperatore Carlo V, l'uomo più potente del mondo. Il pranzo fu articolato in dodici servizi, per un totale di centocinquanta vivande. Di una di queste, i «rombi in pottaggio (*in umido*, ndr) alla Venetiana», troviamo la ricetta nella parte del libro dedicata ai pesci. Salto la descrizione e vado direttamente al finale, dove Scappi rivela dove ha imparato questa ricetta: «Nel tempo ch'io mi son trovato in Venetia e in Ravenna, ho inteso da pescatori di Chiozza, e Venetiani, li quali fanno i migliori pottaggi che in tutti i liti del mare, che non si usava di cuocerli in altro modo di quel ch'io ho detto».

Un'illustrazione dall'*Opera* del cuoco Bartolomeo Scappi, pubblicata nel 1570.

Formidabile. Il grande Scappi nel 1536 ha servito a Carlo V un rombo preparato secondo la ricetta dei pescatori di Chioggia e di Venezia. Quale migliore testimonianza del rapporto tra cultura popolare e cultura signorile? Sul contributo delle classi subalterne alla costruzione del patrimonio gastronomico italiano? Il maestro di cucina che lavora per il cardinale Campeggi (poi passerà a dirigere le cucine del Papa) è un genio multiforme che ha costruito il proprio mestiere intercettando informazioni, saperi, pratiche da ambienti assai diversi – sul piano sociale oltre che geografico. Lavora a corte, ma non è affatto separato dal mondo che lo circonda. Ha studiato gli usi locali – propone ricette da tutto il Paese, «alla romanesca», «alla fiorentina», «come si usa in Milano», o a Napoli, o a Bologna, o a Genova... – ed è capace di ascoltare la voce del popolo, che ha incontrato al mercato e per le strade delle città italiane. Ecco perché la nostra cucina è così ricca. ■

Massimo Montanari è professore di Storia dell'alimentazione all'Università di Bologna, dove ha fondato il master Storia e cultura dell'alimentazione. Presiede il comitato scientifico incaricato del dossier di candidatura della «cucina di casa italiana» all'Unesco.

FOTO AG. GETTY IMAGES

LE TOME

Dai pascoli di Piemonte e Valle d'Aosta, diverse per stagionatura e intensità, si riconoscono da una sottile vena amarognola

La forma delle Alpi

Che il nome derivi dall'arcaico verbo «tomare», cadere, riferito alla rottura della cagliata e alla facilità con cui la caseina (proteina del latte) si coagula e precipita separandosi dalla componente liquida (siero), è solo un'ipotesi. Certa è invece l'origine, legata all'impiego del latte dopo l'affioramento spontaneo della parte grassa e la raccolta della crema per produrre il burro. Il formaggio risultava perciò di tipo semigrasso e la temperatura di cottura della cagliata lo classifica come pasta semicotta, perché non supera i 40 gradi. Questi dettagli, che potrebbero sembrare troppo tecnici, indicano quanta attenzione il casaro doveva porre per ridurre la spontanea contaminazione batterica del latte, senza alterarne la capacità coagulativa e gli aromi tipici del prodotto finito.

Codificata dal 1996 dalla Dop, la toma viene prodotta in tutta l'area alpina e pedemontana piemontese, mentre dalla parte orientale della Valle d'Aosta, dalla valle di Gressoney, proviene una rarità a latte crudo, prodotta per lo più nei mesi estivi, riconosciuta come Pat (prodotto agroalimentare tradizionale) e presidio Slow Food.

Durante la stagionatura in celle, grotte o malghe (mediamente per 30-40 giorni, da un minimo di 15 giorni a un massimo di 60), la crosta deve essere lavata da un'eccessiva crescita microbica per giungere a un colore che, in accordo con la maturazione, va dal giallo paglierino intenso fino al marrone/bruno rossiccio, conferendo alle forme (da 1,8 a 9 chili) un aspetto rustico; la pasta ha un bel colore bianco con sfumature gialle e minuscole occhiature distribuite in maniera omogenea.

La porzionatura della toma è a spicchi: così si assaporano con gli occhi, con la mano, con il naso e con il palato una evidente elasticità, fragranti aromi lattici che nelle tome valdostane si arricchiscono di note erbacee talora balsamiche e un gusto intenso, mai invadente.

ENRICO SEMPRINI – MAESTRO ASSAGGIATORE ONAF (ORGANIZZAZIONE NAZIONALE DEGLI ASSAGGIATORI DI FORMAGGIO)

1. TOMA DELLA VALLE DI GRESSONEY
Prodotta in alpeggio, oltre 2000 metri, con latte crudo parzialmente scremato, dopo una stagionatura minima di 90 giorni, è fondente, con note di erbe e di stalla. **IL VINO Pinot Nero**, valdostano o altoatesino, affinato in legno; più strutturato via via che aumenta la stagionatura della toma.

2. TOMA DI SAINT' OURS
Delicata e gommosa, di latte vaccino intero pastorizzato, è stata inventata dal caseificio Nicoletta di Donnas per la fiera di Sant'Orso. La versione «riserva» affina per oltre un anno e mezzo. **IL VINO** Rosso di montagna, giovane e acidulo, succoso, come il **Gamay della Valle d'Aosta**.

3. TOMA DELLA VALLE DELL' ELVO
Di latte scremato, di pasta morbida. Dopo una stagionatura da 60 a 120 giorni, acquista un sapore intenso. **IL VINO** Rosso, fresco e appena speziato, come il **Coste della Sesia**, mix di nebbiolo, croatina e vespolina, anch'esso del Biellese.

4. TOMA PIEMONTESE
Tutelata con la Dop, prodotta in montagna e in pianura, stagiona da 20 a 45 giorni (oltre 60 quella d'alpeggio). A latte vaccino, di pasta elastica, ha caratteristiche diverse a seconda della zona di origine. **IL VINO** Va bene anche un bianco, per esempio uno **Chardonnay delle Langhe** di buona struttura e affinato in legno.

A CURA DI **VALENTINA VERCELLI**, FOTO **RICCARDO LETTIERI**, STYLING **BEATRICE PRADA**

VITA DA RIVIERA

Mauro Donatiello è uno specialista di vini ad «alto tasso di bevibilità». Irresistibili in questa stagione **di VALENTINA VERCELLI**

Lucano, del 1985, Mauro Donatiello comincia dalla cucina, dove lavora per quindici anni; passa poi in sala e cresce con esperienze importanti. Primo approdo è Villa Maiella a Guardiagrele, quindi trascorre due anni Da Gorini, nella squadra che conquista la stella Michelin, infine arriva nel gruppo Stefano Bartolini, con lo stellato La Buca di Cesenatico e la vicina Osteria.

FOTO ANDREA BARTOLINI

DA ASSAGGIARE ALMENO UNA VOLTA

«Con il **Mareneve** di **Federico Graziani**, un bianco da uve miste piantate in un vigneto a 1.200 metri di quota, si vola sull'Etna con lo sguardo rivolto al mare (**38 euro**, *federicograziani.it*). Il **Montepulciano d'Abruzzo San Calisto** di **Valle Reale (1)** nasce nel vigneto in cui è iniziata la storia di questa grande cantina abruzzese; cercate l'annata 2010, di grande carattere (**48 euro**, l'annata corrente, *vallereale.it*). Infine, il **Chiaretto Molmenti** di **Costaripa**, perché smentisce il preconcetto secondo il quale i vini rosati non possano invecchiare: assaggiatene una bottiglia di otto, dieci anni fa (**29 euro**, *costaripa.it*)».

BUON BERE QUOTIDIANO

«Parto dai vini della regione che mi ha adottato con un grande bianco, l'**Albana Secco "A"** della **Fattoria Monticino Rosso (2)** di Imola, elegante, seppure semplice e molto varietale (**9 euro**, *fattoriamonticinorosso.it*). Aggiungo un rosso, il **Sangiovese di Romagna Superiore Primo Segno 2018** di **Villa Venti (3)**, fresco e giocoso, che non sfigura anche su tavole importanti (**11 euro**, *villaventi.it*). Il **Cerasuolo d'Abruzzo Pettirosce 2020** di **Cantina Orsogna (4)** è una scoperta recente che porta all'innamoramento: ha frutto e freschezza per una bevuta da tramonto estivo (**12 euro**, *orsognawinery.com*). In Oltrepò, un bianco interessante è l'**Italico** di **Pietro Torti (5)**, un **Riesling** molto equilibrato (**12 euro**, *pietrotorti.it*). E chiudo con un rifermentato in bottiglia, il **Lambrusco di Sorbara Radice 2020** di **Paltrinieri (6)**: intrigante e non banale, è molto versatile in tavola (**11,50 euro**, *cantinapaltrinieri.it*)».

SARANNO FAMOSI (MA VOI SCOPRITELI ORA)

«Prima menzione nella Valconca dove abito è per **I Muretti**. Sono giovani e con le idee chiare: fare vino buono, etico e accessibile a tutti; la loro **Rebola Libera** è molto territoriale (**10 euro**, *imuretti.it*). Da amante delle bollicine, dico **Cherubini**, sulle colline bresciane, poco fuori dei confini della Franciacorta: da assaggiare è il **Sui Generis (7)**, uno Chardonnay Dosaggio Zero (**30 euro**, *cherubiniwines.com*). Infine, un produttore della mia terra natia, la Basilicata: **Terra dei Re** ha intrapreso un grande percorso alla riscoperta del Pinot Nero, presente da secoli nella zona del Vulture e ormai quasi scomparso; il suo **Vulcano 800** è ottimo (**22 euro**, *terradeire.com*)».

A BORDO PISCINA

«Adesso sono perfette le bollicine, come tutti i vini più spensierati, dai bianchi freschi ai rossi giovani, da servire con qualche grado in meno. Con il mio gemello Vincenzo (*direttore di sala del Piazza Duomo di Alba*, ndr) abbiamo un progetto chiamato Poolwine, vini ad alto tasso di bevibilità! Con i piatti delle vacanze, li abbinerei così: prosciutto e melone e **Ardì**, di **Marco e Vittorio Adriano**, un Moscato secco con profumi vegetali (**12 euro**, *adrianovini.it*). Insalata di riso e **Luna Nuova** di **Paolo Francesconi**, un Trebbiano di Romagna fresco e minerale (**13 euro**, *francesconipaolo.it*). Grigliata di pesce azzurro e un rosso fresco, tradizione tutta romagnola: scelgo ancora **I Muretti**, con il **Lulone (8)**, un Sangiovese prodotto con la tecnica della macerazione carbonica che lo rende irresistibile (**7 euro**, *imuretti.it*)».

L'ARTE DEL «BOUQUET»

Nessun altro piatto esige una ritualità così diversificata e complessa come il plateau dei crudi di pesce. Un'introduzione e un ripasso **di FIAMMETTA FADDA**

Siamo in agosto. Naturalmente avete superato il tabù dei non aggiornati, ovvero che le ostriche non vanno mangiate nei mesi senza la «r» – maggio, giugno, luglio, agosto –, perché la scienza, manipolandone il corredo cromosomico, ha creato ostriche sterili che non producono in questo periodo il naturale ma poco appetitoso lattume e sono buone sempre.

LA CONCHIGLIA REGINA E LE SUE ANCELLE

Sono sette i passaggi per apprezzare a fondo e mangiare con stile l'ostrica: 1) Sollevatela tra l'indice e il pollice dal suo letto di ghiaccio. 2) Staccatela dal muscolo con l'apposito forchettino o con la punta del coltello. 3) Limone o no? Vinaigrette allo scalogno o no? Secondo i puristi è un insulto, secondo altri dipende dalla varietà dell'ostrica e dal tipo di allevamento: se la salinità della polpa è così forte da virare verso l'amaro, condirle è ammesso, anzi perfino consigliato, anche con una macinata di pepe. 4) Portatela alla bocca e bevete il liquido. 5) Schiacciatela contro il palato per farle rilasciare la deliziosa acqua residua che trattiene all'interno. 6) Masticatela lentamente. 7) Fate una pausa per apprezzare il lungo retrogusto finale. Superflui sia il pane imburrato sia il sorso di vino che alcuni consigliano. Se poi aveste la fortuna di vedervi servire un limone di mare, «violet» in francese, con il guscio simile a un pezzo di roccia fiorita e la polpa di un giallo intenso, il procedimento è lo stesso. Il sapore, così iodato da sfiorare l'amaro, manda in visibilio gli iniziati. Uguale la procedura, solo un po' meno rituale, per le vongole, sia le grosse *clam* americane sia le più piccole nostrane; i tartufi di mare; le cozze; i fasolari.

ALTRE COMPLICAZIONI

Le uova dei ricci di mare si raccolgono e mangiano col cucchiaino. L'umile lumachina si estrae dal suo guscio con uno stecchino, ma il corrusco *bulot*, la grossa lumaca di mare, richiede una manovra speciale perché, tirandola, rifiuta di lasciare il guscio. Il segreto consiste nel bloccarla con la forchettina e far ruotare la conchiglia. Farete un figurone. Ed ecco i cannolicchi, ora in fermo pesca, serviti cotti e sgusciati. Infine, vera rarità, ci sono i *percebes*, che vivono attaccati alla roccia soprattutto sulla costa spagnola dell'Atlantico, a forma di tubo rigido chiuso da un piccolo zoccolo. Spezzate il tubo in due con le dita e addentate la polpa succhiandola. Gli altri avventori vi ammireranno incondizionatamente. A proposito: sabbia sotto i denti? Siete autorizzati a rimandare in cucina il piatto.

E ADESSO I CROSTACEI

Scampetti argentei, gamberi rossi, gamberi rosa sono altri grandi protagonisti del crudo di mare. Arrivano con o senza il loro carapace, con o senza la testa che, quando c'è, è garanzia di freschezza assoluta. Si procede con le dita staccando la testa dalla coda e liberando la coda con le mani o con le posate. Non elegante ma praticato dai puristi, l'uso di succhiare il contenuto delle teste. Pinze e forchettine accompagnano la numerosa famiglia dei granchi: le chele del *king crab*, il granchio gigante dei mari freddi, i granciporri di laguna, le granseole, le aragostine spaccate in due, con la testa in bella vista. Fermo restando l'ausilio degli attrezzi, è corretto lavorare con le mani, e le uniche cose davvero necessarie sono un piatto in cui raccogliere gli scarti, ampi tovaglioli per proteggersi, salviettine umide e, a operazioni terminate, una ciotola di acqua e limone e un tovagliolo immacolato. Se poi tutto questo universo marino fa parte di un piatto cucinato, leggi spaghetti con le vongole, ci sono due opzioni. Gli appassionati succhiano le conghiglie a una a una, i pigri e gli schizzinosi esigono tutto già sgusciato. Siete invitati? Guardate come si comportano i padroni di casa. ■

Sgroppino Mediterraneo

Per preparare un solo sgroppino fate così: raffreddate molto bene una piccola ciotola di acciaio e la coppa in cui lo servirete. Raccogliete nella ciotola di acciaio fredda **1 pallina di sorbetto o gelato al limone** e mantecatela con 4 cl di **Moscato d'Asti Docg** e 2 cl di **Italicus Rosolio di Bergamotto**. Accomodate nella coppa fredda una **seconda pallina di sorbetto**, aggiungete il composto mantecato e decorate con **scorza di lime** e **pepe di Sichuan** grattugiati.

Mattia Pastori, barman pluripremiato, cofondatore di Nonsolococktails, scuola milanese di formazione per bartender e storico collaboratore di *La Cucina Italiana*, mentre shakera al Franco's Bar dell'hotel Le Sirenuse di Positano.

lo spirito giusto

Inconfondibile
È il Moscato d'Asti Docg, anche da bendati non si può non riconoscerlo: profumato e fragrante con note di glicine, tiglio, pesca, albicocca e salvia. Dolce, senza esagerare, e di bassa gradazione alcolica, è uno dei vini più amati per accompagnare il dessert. *astidocg.it*

Regale
Il rosolio, distillato in voga secoli fa, apprezzato dai reali e citato ne *Il Gattopardo* di G. Tomasi di Lampedusa, torna in auge con Italicus Rosolio di Bergamotto: per la ricetta si usa solo Bergamotto di Calabria Igp. *rosolioitalicus.com/it*

È RINATA UNA STELLA

Ricordate il sorbetto alcolico servito a fine pasto? Potete dimenticarlo perché da oggi il gelato «spiritoso» è un'altra storia **di ANGELA ODONE**

Che cosa lega i banchetti dei ricchi commercianti veneziani del XIV secolo, eleganti crapuloni che tra una portata e l'altra avevano bisogno di rinfrescare il palato, azzerando i sapori, e le chiassose tavolate degli anni Ottanta-Novanta? Lo sgroppino, da non confondere con il semplice sorbetto al limone (acqua, zucchero, succo), perché conterrebbe anche latte e soprattutto una parte alcolica, solitamente vodka e/o spumante. «È venuto il momento di rispolverare e nobilitare questa usanza, dandole nuova vivacità», dice Mattia Pastori, Mixology Expert storico collaboratore della nostra rivista, «perché allo sgroppino non manca niente, ci sono tutti gli elementi necessari per un eccellente drink: alcol, acqua, dolcezza, acidità e aromi, così come prescrive il punch (capostipite di tutti i cocktail). Un'idea è reinterpretare alcuni classici (Havana zombie, Gin tonic, Sidecar, Piña colada) in versione gelata: sorbetto/gelato di ananas con il rum, sorbetto al basilico e limone con il gin, sorbetto all'arancia con il Cognac, gelato al cocco e ananas con il rum... Tutti facili da preparare anche a casa e da servire all'aperitivo, invece che a fine pasto (sui poteri digestivi dello sgroppino meglio non addentrarsi). In più queste ricette offrono l'occasione per un «table service» che coinvolge il cliente al bar (o l'amico in salotto). Tra le rivisitazioni, la più adatta alla stagione, secondo me, è questa: sorbetto di pesca tabacchiera (*la ricetta la trovate a pagina 93*, ndr) e spumante brut, il Bellini più fresco di tutti». Da provare. ■

FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

Tovaglietta americana
e tovagliolo
Rivolta Carmignani.

IL TIMBALLO DI PASTA

Sontuoso, fragrante, quando arriva in tavola è festa. Eccolo, anche in una nuova ricetta vegetariana, da mettere in frigo anziché in forno. Buon Ferragosto!

di **ANGELA ODONE**, ricette **JOËLLE NÉDERLANTS**, foto **RICCARDO LETTIERI**, styling **BEATRICE PRADA**

La forma per la sostanza. Non stiamo parlando di filosofia ma del timballo. Della sua forma, lo stampo (troncoconico con diametro per tradizione uguale dell'altezza), e della sostanza, la ricetta, che ha preso il nome dal contenitore. Campano o siciliano, di pasta o di riso (il sartù), avvolto in una crosta di pasta (sfoglia, brisée o frolla, come quello favoloso descritto in *Il Gattopardo* di Tomasi di Lampedusa) oppure solo ricoperto di pangrattato, non fa differenza, il timballo rimane uno dei nostri piatti più tipici, di quelli che raccolgono tutta la famiglia intorno alla tavola di festa. Il nome pare derivare dall'antenato del tamburo e le sue origini si perdono nei pasticci medievali quando, per economizzare, si concentravano in una sola portata tutte le calorie. Per questo la parola timballo identifica tante preparazioni diverse, spesso **«incassate»**, cioè avvolte (in «croste» varie ma anche con fette di melanzane, di zucchine o di peperoni), e condite con ragù, polpette, sugo di pomodoro, verdure, uova, formaggi, salumi. Alle tante versioni abbiamo aggiunto la nostra: contemporanea, vegetariana, da mangiare fredda. Rondelle di zucchina al posto della crosta e una salsa di pomodori confit al posto del ragù. Da preparare prima, ancora più buona il giorno dopo (se ne avanza). ■

LA VERSIONE TRADIZIONALE

Impegno Medio
Tempo 2 ore e 20 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

PER LE POLPETTE E IL SUGO

- **600 g passata di pomodoro**
- **200 g polpa macinata di manzo**
- **200 g salsiccia – 80 g piselli lessati**
- **30 g Parmigiano Reggiano Dop**
- **1 spicchio di aglio**
- **½ cipolla – sale – pepe**
- **olio extravergine di oliva**

PER LA PASTA

- **400 g maccheroni tortiglioni**
- **300 g mozzarella fiordilatte**
- **50 g Parmigiano Reggiano Dop**
- **10 pomodorini ciliegia**
- **burro – extravergine di oliva**
- **pangrattato – basilico – sale**

PER LE POLPETTE E IL SUGO

Impastate la polpa di manzo con 25 g di olio, il parmigiano grattugiato, sale, pepe e formate delle polpettine non più grandi di una nocciola.
Togliete la salsiccia dal budello e sgranatela con la forchetta.
Affettate la cipolla e rosolatela per 1-2 minuti, in una padella con lo spicchio di aglio e 2 cucchiai di olio; aggiungete le polpettine e fatele dorare per 3 minuti sulla fiamma vivace.
Unite la salsiccia sgranata, cuocete per altri 2-3 minuti, poi coprite con la passata di pomodoro, riducete la fiamma al minimo e fate sobbollire per 35 minuti.
Aggiungete i piselli e proseguite per altri 15-20 minuti al massimo. Aggiustate di sale e pepe alla fine.

PER LA PASTA

Lessate la pasta in acqua bollente salata e scolatela decisamente al dente; lasciatela intiepidire, poi mescolatela con il sugo e con 40 g di parmigiano grattugiato (potete tenere da parte 4-5 polpette per la decorazione finale).
Imburrate uno stampo troncoconico (ø minore 16 cm, ø maggiore 18 cm, h 11 cm) e cospargetelo con abbondante pangrattato.
Mettete la metà della pasta nello stampo, fate uno strato con la mozzarella a dadini e coprite con il resto della pasta. Chiudete con pangrattato, il resto del parmigiano e qualche fiocchetto di burro.
Infornate a 180 °C per 25 minuti. Coprite con un foglio di alluminio e completate la cottura in altri 15 minuti.
Tagliate i pomodorini a spicchi e conditeli con olio, sale e basilico.
Sfornate, lasciate intiepidire e poi sformate. Decorate con le polpette tenute da parte e i pomodorini conditi. Questo timballo è ottimo anche gustato a temperatura ambiente.

LA VERSIONE MODERNA

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 50 minuti più 5 ore di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

PER LE ZUCCHINE

- **130 g zucchina gialla**
- **130 g zucchina verde**
- **130 g zucchina trombetta**
- **130 g zucchina romanesca (la classica con il fiore, verde chiaro striato) – sale**
- **olio extravergine di oliva**

PER LA PASTA

- **1 kg pomodori San Marzano**
- **500 g bucatini – 250 g stracciatella**
- **50 g olive nere snocciolate – pepe**
- **40 g capperi dissalati – basilico**
- **½ cipollotto – origano essiccato**
- **olio extravergine di oliva**
- **finocchietto – zucchero – sale**

Mondate tutte le zucchine e tagliatele a rondelle di 3-4 mm di spessore.
Cospargete con poco sale fino una padella di grandi dimensioni, accomodate uno strato di rondelle di zucchine e cuocetele per 2-3 minuti in modo che rimangano croccanti. Ripetete fino a terminare le zucchine (non vanno sovrapposte in cottura).
Disponetele in una pirofila, conditele con 60-100 g di olio e fatele raffreddare.

PER LA PASTA

Tagliate i pomodori in 4 spicchi, eliminate i semi e disponeteli su una placca foderata di carta da forno; conditeli generosamente con olio, sale, zucchero e origano essiccato. Infornate a 160 °C per 40 minuti circa.
Raccogliete in una ciotola capperi, olive, abbondanti erbe tritate grossolanamente (finocchietto, basilico, origano) e condite con 30 g di olio.
Sfornate i pomodori e frullateli con il ½ cipollotto, aggiustate di sale e pepe, versate nella ciotola con i capperi e le olive.
Lessate la pasta e scolatela al dente, aggiungetela al sugo nella ciotola e mescolate con cura.
Rivestite uno stampo da zuccotto (ø 20 cm, h 10 cm) di pellicola alimentare, ricoprite con le rondelle di zucchine tutta la superficie interna dello stampo facendole aderire bene alla pellicola.
Mettete la metà della pasta nello stampo, unite la stracciatella, coprite con il resto della pasta, premete con delicatezza, sigillate il fondo con la pellicola; mettete in frigo per 4-5 ore.
Togliete dal frigo, liberate il fondo dalla pellicola, sformate sul piatto di portata, eliminate la pellicola e servite il timballo freddo, decorando a piacere con capperi ed erbe aromatiche.

LA CUCINA ITALIANA
PER IPER LA GRANDE I

IDEA MENÙ
Un pranzo bello da vedere, gustoso e velocissimo da preparare? Una piadina farcita di rucola e crescenza, una croccante insalata con veli di bresaola e la nota fresca degli agrumi. Per finire, una coppa yogurt e frutti di bosco.

VOGLIA DI ESTATE

GLI INGREDIENTI GIUSTI PER I TUOI PIATTI

PIADINA ROMAGNOLA IGP
Prodotta con la ricetta originale riminese che la vuole grande, sottile e sfogliata. Come ingredienti, farina di grano italiano, strutto, sale integrale di Cervia. Pronta da scaldare in padella.

BRESAOLA DELLA VALTELLINA IGP
Solo punta d'anca di bovino, salata e stagionata, senza glutine e senza lattosio. Da mangiare cruda, pronta già affettata nella comoda vaschetta.

CRESCENZA
Contiene solo latte italiano, fermenti lattici, caglio e sale. Senza conservanti. La si può spalmare nella piadina o usare per fresche insalate estive.

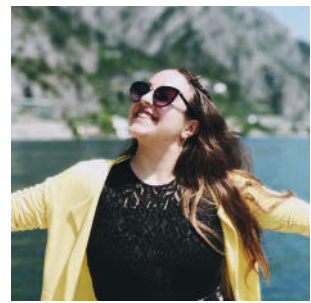
YOGURT GRECO
Un classico da tenere sempre in frigorifero per la colazione e per creare nuovi dessert. Basta una macedonia di frutta fresca. Et voilà.

FRUTTI DI BOSCO
La frutta fresca è un irrinunciabile ingrediente di stagione, perfetta da servire con lo yogurt per un dessert fresco e goloso. Come i gustosi frutti di bosco italiani che si trovano da Iper.

a cucina più accattivante delle vacanze? Quella per cui non si accendono i fornelli! Tutto il tempo libero e le energie si possono dedicare allo svago semplicemente scegliendo i giusti prodotti e un buon abbinamento. Da Iper La grande i è facile mettere in tavola pasti sani e bilanciati, sempre appetitosi e ogni giorno diversi. Il bello degli ipermercati Iper è il grande **assortimento** fra gli scaffali e nel reparto fresco con frutta, verdura, formaggi, salumi, carne e pesce selezionati dagli esperti per offrire ai propri clienti la miglior qualità a un prezzo sempre accessibile. Molto varia e invitante anche la proposta di prodotti Dop e Igp, provenienti da fornitori dei territori in cui si trovano i punti vendita, a tutto vantaggio delle economie locali, della freschezza e della tutela dell'ambiente. Non resta che riempire il carrello con i passe-partout da tenere sempre in dispensa e lasciarsi ispirare dalle ricette e dalle promozioni di Iper La grande i: la cucina dell'estate sarà una fresca delizia. Per fare bella figura nel modo più facile e divertente.

● **WWW.IPER.IT**

FELICITÀ FRONTE MARE

Rimanda a favolosi pranzi nel Salento la specialità «di nonna Lina» raccontata dalla nipote Chiara di **SARA TIENI**

COZZE NERE RIPIENE AL FORNO

Impegno Medio
Tempo 1 ora

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 1 kg **cozze grandi**
- 180 g **pangrattato**
- 70 g **pecorino grattugiato**
- **concentrato di pomodoro**
- **prezzemolo – aglio**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

Pulite le cozze raschiando i gusci per liberarli da eventuali incrostazioni.
Apritele a una a una, da crude, con un coltellino, lavorando su una ciotola per raccogliere l'acqua che uscirà dai gusci; eliminate la valva vuota. Per semplificare e accelerare il lavoro, ponete le cozze in un grande tegame velato di olio con 1 spicchio di aglio; copritele con il coperchio e lasciatele aprire sul fuoco; infine eliminate la valva vuota e filtrate il liquido.
Mescolate il pangrattato con il pecorino, un cucchiaio di concentrato di pomodoro e uno di prezzemolo tritato, un pizzico di sale, pepe, e aggiungete un po' di acqua delle cozze per ottenere una consistenza morbida.
Distribuite il composto nelle cozze e ponetele in una teglia velata di olio; cospargetele con pangrattato, conditele con un filo di olio e cuocetele nel forno ventilato, a metà altezza, a 180 °C per 12-15 minuti.

«Sanno di vacanze spensierate queste cozze, perché sono uno dei manicaretti che ci preparava mia nonna materna, Lina, quando tornavamo dal litorale di Spiaggia bella, in Salento», ci racconta Chiara Degli Innocenti, 25 anni, originaria di Lecce ma trapiantata a Milano prima per studio e poi per lavoro in una scuola di inglese. «Da donna del Sud, Lina adorava accudire la sua famiglia cucinando. Ha trasmesso questa passione anche a mia madre Olga e a mia sorella Serena. Ora, ovunque andiamo, abbiamo con noi una copia del suo mitico ricettario scritto a mano. Quelle gratinate erano la versione estiva tra le ricette con le cozze, che d'inverno finivano nel riso patate e cozze o nella zuppa di pesce. Il segreto? Sceglieva i mitili con cura, in una pescheria di fiducia. Si faceva sempre accompagnare dal nonno. Anche lui molto attento, era bravissimo ad acquistare la frutta e la verdura migliore, capiva perfino se un'anguria era buona dal numero delle striature! Gustavamo le cozze in abbondanza come piatto unico, durante le vacanze a Torre Chianca, dove avevamo una casa. La loro panatura spessa le rendeva gustose e croccanti». La tradizione vuole che si aprano da crude: munitevi allora di un coltellino sottile e appuntito, inseritelo nella «cerniera», verso la punta della conchiglia, e ruotatelo leggermente per separare le valve; percorrete con la punta il perimetro, facendo attenzione a non rompere il guscio. ■

FOOD STYLING **J. NÉDERLANTS**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

C'ERA UNA VOLTA IL SIERO INNESTO

Novità, la Mozzarella di Gioia del Colle è diventata Dop! Murgella la produce in boccone e in treccia, insieme ai suoi classici: la burrata, fiore all'occhiello dell'azienda, la deliziosa stracciatella, il Caciocavallo Silano Dop da latte crudo e le scamorze, anche affumicate.

Si sente il sapore della Murgia barese nei formaggi a pasta filata di Caseificio Palazzo a marchio Murgella. Ogni boccone è un concentrato di cultura gastronomica, territorio, sapere artigiano. Solo due gli ingredienti: il latte e il siero. Dal 1957 Murgella produce con il metodo tradizionale di acidificazione del latte, ossia il **siero innesto**: i formaggi vengono lavorati dai casari in modo naturale utilizzando il liquido della produzione stessa, che, proprio come il lievito madre nella panificazione, serve per innescare il processo di maturazione. La differenza? Il siero innesto è ricchissimo di batteri che donano ai formaggi profumi e aromi complessi e «geolocalizzabili», ovvero tipici delle zone di allevamento delle vacche, i pascoli sulle colline pugliesi. Grazie a questo metodo, oltre a un sapore che esprime il terroir di origine, i formaggi hanno una minore concentrazione di lattosio, e sono più facilmente digeribili. Sono fatti come una volta, hanno il sapore di una volta, sono adatti all'alimentazione contemporanea e li si trova nei migliori supermercati. **WWW.MURGELLA.IT**

LA FORESTA DI MARASCHE

Con i loro liquori a base di ciliegie acidule i Luxardo, in due secoli, hanno conquistato poeti e imperatori. L'ingrediente segreto? Reinventarsi sempre, con dolcezza **di SARA TIENI, foto GIACOMO BRETZEL**

Per arrivare nella residenza estiva della famiglia Luxardo, una villa antica sui colli Euganei, bisogna attraversare una foresta di ciliegie marasche. Un preludio perfetto per raccontare la storia di questa azienda familiare, fondata duecento anni fa a Zara – ai tempi capitale della Dalmazia – da Girolamo Luxardo, patrizio di origine genovese, e oggi condotta, in contemporanea, da tre generazioni diverse dei suoi discendenti. Le marasche sono l'incipit e il futuro: da un rosolio (la cui ricetta settecentesca era fuoriuscita dai conventi), Girolamo creò un distillato moderno, il Maraschino Originale, su cui fondò un'impresa che oggi distribuisce in novantadue Paesi.

Gli alberi di marasche, piantati ogni anno intorno all'azienda in gran numero, sono il simbolo della sostenibilità. «Quest'anno ne abbiamo aggiunti altri duemila. In fondo, che cosa c'è di più ecologico di creare una foresta?», dice Piero Luxardo, qui padrone di casa con il fratello Guido. Veniamo accolti con una tavolata di famiglia allestita dalle rispettive mogli, Cristina ed Elena, con la tovaglia del corredo, e piatti che raccontano frammenti di un passato affascinante, dall'insalata →

La tavola allestita dai Luxardo nel giardino della villa di Castelnuovo di Teolo (PD). Nella pagina accanto, alcuni componenti della famiglia; da sinistra, Piero Luxardo (presidente e direttore vendite Italia), sua moglie Cristina, Elena accanto al marito Guido Luxardo (amministratore delegato del gruppo), Anna e il marito Nicolò Luxardo (export account dell'azienda). Con loro gli amati cani Artù e Ginger.

Insalata di gallina padovana

«Metto in ammollo l'uvetta nel vino bianco. Immergo la gallina in una pentola di acqua con sedano, carota, cipolla, alloro, chiodi di garofano; porto a ebollizione e cuocio la gallina fino a che non sarà tenera, quindi spengo il fuoco e la lascio raffreddare nel suo brodo. Quando sarà raffreddata, la disosso e sfaldo la polpa. La distribuisco in un piatto di portata, sull'insalata; aggiungo i pinoli, l'uvetta e pomodorini a piacere; condisco con un cucchiaio di senape mescolata con olio, sale e pepe, oppure con succo di limone, olio e sale».

Che cosa serve per 6 persone
1 gallina padovana, 50 g di pinoli, 50 g di uvetta, 200 g di valeriana o altra insalata, 1 carota, 1 gambo di sedano, 1 cipolla, alloro, chiodi di garofano, olio extravergine di oliva, senape, sale e pepe.

Servito in bicchierini di cioccolato fondente, come da tradizione familiare, il Sangue Morlacco è un ratafià di marasche inventato da Girolamo Luxardo, e battezzato così da Gabriele D'Annunzio per il suo colore intenso. In basso, Cristina Luxardo con le crespelle di verdure dell'orto di casa.

tiepida di gallina padovana alla crostata, di marasche, non occorre dirlo.

«Tutto iniziò con una ricetta casalinga, quella della prima moglie di Girolamo, la marchesa Maria Canevari, che preparava un liquore un po' stucchevole. Il marito innovò», continua Piero. «Era l'epoca della rivoluzione industriale: dall'infusione a freddo passò alla distillazione a vapore, in alambicco. Il maraschino arrivò fino alla corte degli zar e divenne il liquore più apprezzato». Il brevetto, registrato a Vienna con il privilegio concesso dall'imperatore d'Austria, ebbe un successo straordinario.

L'azienda, che oggi rifornisce tra l'altro più di 13.500 clienti nel settore della pasticceria, ha tra i prodotti cult anche le bagne dolci alcoliche per pan di Spagna, babà, zuppa inglese e tiramisù. Perché tanta fortuna? «Un dolce senza bagna è come gli spaghetti senza il sugo: la bagna valorizza gli aromi e ammorbidisce la pasta». Una riuscita clamorosa però non è sinonimo di una strada in discesa: la rivoluzione bolscevica del 1917 fu il primo grande colpo. Caddero gli zar e fu il disastro. «All'epoca l'impero russo era l'equivalente degli Stati Uniti di oggi e dalla mattina alla sera la Luxardo perse il suo più grande mercato. Ma puntammo su nuovi mercati e li conquistammo». La Seconda guerra mondiale portò lutti e la dispersione di tutti i beni materiali. «Ci spostammo da Zara a Torreglia, nel Padovano, dove siamo ancora oggi. Le cose poco alla volta tornarono a funzionare».

Crostata di marasche

«Per noi è una ricetta-simbolo: si fa quasi tutte le settimane», racconta Elena Luxardo. «È il primo piatto che ho assaggiato quando sono entrata a far parte di questa famiglia. Preparo la pasta frolla con farina, zucchero, burro, tuorli, scorza di limone, vaniglia e un pizzico di sale; la lascio riposare in frigorifero per un'ora. Stendo poi ⅔ dell'impasto con il matterello a uno spessore di 0,5 cm. Fodero la tortiera; farcisco la crostata con la confettura di marasche Amarascata; taglio la pasta rimasta a striscioline larghe circa 1 cm. Inforno per circa 30 minuti a 180 °C».

Che cosa serve per 6 persone
250 g di farina, 200 g di Amarascata Luxardo, 150 g di burro, 100 g di zucchero, 2 tuorli, scorza di limone, sale, vaniglia.

Nel 2020 la pandemia non li ha certo trovati impreparati. «Quello che ci ha sempre salvati è fare fronte comune nelle avversità senza guardare solo al proprio tornaconto personale». Basso profilo e capacità di rinascere dunque, come stile di vita. «Ho fatto mio il motto di Maurizio Sella, quattordicesimo esponente della Banca Sella, che una volta mi ha insegnato: "Azienda ricca, famiglia povera"».

Intanto si guarda al futuro: «Abbiamo rimandato i festeggiamenti per i nostri due secoli al 2022», anticipa Piero. «Come? Aprendo un museo aziendale. Tra le novità anche l'Antico un'interpretazione personale del classico vermut rosso, ovviamente di marasche, e tre cocktail a bassa gradazione in lattina, per il mercato americano». Insomma, radici ben piantate a terra e occhi rivolti al cielo, a nuove rotte da esplorare. ■

Paté

Gustoso, facile da applicare e sfizioso.

È ideale per la preparazione creativa di crostini e tartine, ottimo per dare maggior sapore ai finger food, primi e secondi piatti.

Il gusto e il profumo rimandano ai luoghi autentici da cui derivano gli ingredienti e rendono il Paté un prodotto unico, come se fosse preparato in casa.

Sono prodotti pronti da gustare, le confezioni in versione squeeze sono pratiche e dotate di apertura facilitata, con tappo salva freschezza.

Voglia creativa, scegli Madama Oliva !

*I **Nuovi Paté** sono stati rivisti nella ricetta: pochi ingredienti e tutti genuini!*
Provateli

Sandwich con Paté di Olive e Pomodori Secchi

Seguici sul nostro sito e sui social per rimanere informato sulle novità o per consultare le ricette.
www.madamaoliva.it

PASCOLI ITALIANI
In questa linea, mozzarella di bufala, burro di centrifuga, yogurt, Parmigiano Reggiano Dop e Grana Padano Dop, anche già grattugiati, tutto a base di latte 100% italiano trasformato con grande cura in ogni fase della lavorazione.

LE NOSTRE STELLE
È il marchio di Eurospin dedicato alle eccellenze gastronomiche e comprende una vasta selezione di prodotti nati per soddisfare i palati più esigenti, molti dei quali tutelati con marchi Dop, l'Igp o la Stg.

LA CASA DEI SAPORI ITALIANI

Italia è famosa in tutto il mondo come patria del buon vivere e della dolce vita. La nostra lunga Penisola è ricca di biodiversità, favorita da una varietà di paesaggi e di climi che consentono di mettere in tavola, ogni giorno e in ogni stagione, ricette con un gusto introvabile altrove. Eurospin da sempre ricerca attentamente le **migliori materie prime** e i fornitori più capaci per offrire sugli scaffali prodotti 100% italiani, messi in vendita con marchi di proprietà, capaci di garantire il migliore rapporto tra la qualità e il prezzo. All’aperitivo si può stappare una bottiglia Docg, Doc e Igt di *Integralmente prodotto*: sono vini nati da aziende che hanno seguito tutte le fasi della filiera, dalla raccolta dell’uva alla vinificazione, all’imbottigliamento, mentre i ragazzi possono brindare con un succo di frutta di *Puertosol*, che offre anche deliziose confetture extra ideali per la prima colazione. Per una cena di pesce, *Ondina* propone crostacei e pesci surgelati, in scatola e in vaso, per dare un tocco di mare anche alle ricette più facili e, per il contorno, i prodotti di origine vegetale, sani e naturali, firmati *Fior di Natura*, sono perfetti anche per chi segue un’alimentazione vegetariana. È arrivato il momento del dessert? C’è *Dolciando*, con un’ampia selezione di biscotti, cioccolatini, caramelle, gelati e preparati, per mettere in tavola in modo facile e veloce una torta come quelle di pasticceria. E per chi non ha ancora l’età giusta per tutte queste delizie? *Prime Pappe* risponde con un’ampia selezione di prodotti biologici per i più piccoli. La festa è finita ed è arrivato il momento di fare ordine? C’è *Amo Essere Eco*, dedicata ai prodotti naturali e biologici per la cura della casa e della persona.

● **WWW.EUROSPIN.IT**

DELIZIE DAL SOLE
Sughi, polpe e passate di pomodoro, legumi secchi e già cotti, sottoli, verdure surgelate, riso e uova: qui c’è tutto il buono che rende la dieta mediterranea così speciale.

TRE MULINI
Tutto il meglio dei prodotti derivati dal grano: tra le specialità, pasta di semola trafilata al bronzo, pasta fresca e pasta all’uovo, ma anche cereali per la prima colazione, pizze e focacce farcite e surgelate per una cena veloce e ricca di gusto.

Senza più cattivi odori, frissero tutti felici e contenti.

olitalia.com

n°1
La marca preferita dagli chef italiani*

L'unico da accordo di **filiera Italiana.**

C'era una volta il cattivo odore di frittura che non se ne voleva andare dalla cucina e dai vestiti di tutti. Le persone non lo sopportavano più e così avevano smesso di friggere a casa. Ma un bel giorno, **Olitalia creò Frienn: l'innovativo prodotto da frittura** con una formulazione a base di olio di semi di girasole alto oleico e antiossidanti tra cui l'estratto di rosmarino. Grazie alla sua capacità di rimanere stabile anche alle alte temperature, **Frienn sconfisse i cattivi odori** e portò in tavola **fritti eccellenti**, sempre croccanti e asciutti. **E fu così che friggere divenne una favola**.

*Indagine Nielsen condotta tra marzo e settembre 2020. Dati a Totale Olitalia calcolati su un campione rappresentativo di 600 tra Ristoranti, Pizzerie e Hotel con cucina, +/- 4 pp al 95%.

LA TRADIZIONE DI DOMANI.

RICETTARIO

LE MISURE A PORTATA DI MANO

Semplificate il lavoro in cucina: eliminate la bilancia e dosate liquidi e ingredienti in polvere con tazze, bicchieri e cucchiai. Guardate la nostra tabella **a pag. 127**

ricette **DAVIDE BROVELLI, VALERIA NOZARI, ALESSANDRO PROCOPIO, GIULIA ROTA**
testi **MARIA VITTORIA DALLA CIA** e **LAURA FORTI**, foto **RICCARDO LETTIERI**, styling **BEATRICE PRADA**

ANTIPASTI

PANE CUNZATO ALLA SICILIANA

Sottopiatti di paglia delle piadine e vassoio del pane cunzato **Maisons du Monde**, posate **Sambonet**.

PIADINE IN TORTA DI ROSE

Piatto fondo **Ceramiche Nicola Fasano**, tovagliolo bianco **Rivolta Carmignani**.

MELONI E PROSCIUTTO CON RICOTTA, CROSTINI E MANDORLE

I NOSTRI CUOCHI

DAVIDE BROVELLI
Figlio d'arte (la famiglia lavora da 180 anni nella ristorazione), trasforma con grazia ogni pietanza, con una predilezione per il pesce di lago. Questa volta però vi consigliamo gli spaghetti ai ricci di mare.

VALERIA NOZARI
Giovanissima, dopo l'esperienza in alcuni ristoranti, ora lavora alla nostra Scuola. In cucina le sue parole d'ordine sono inventiva e organizzazione. Provate le melanzane gratinate.

ALESSANDRO PROCOPIO
Lo chef di cucina del ristorante D'O ha una grande fantasia e nei suoi piatti mescola sempre i sapori della tradizione con qualche spunto nuovo, come nelle spettacolari piadine in torta di rose.

GIULIA ROTA
A ventun anni è già un'elegante pasticciera: in forza al Sole di Ranco di Davide Brovelli, preferisce lavorare nei ristoranti, perché la considera un'esperienza più completa. Il suo crumble: semplice e squisito.

ANTIPASTI

PANE CUNZATO ALLA SICILIANA

Cuoco Alessandro Procopio
Impegno Facile
Tempo 25 minuti

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

- 400 g **1 filone di pane di grano duro con sesamo**
- 350 g **polpa pronta di pomodorini gialli**
- 300 g **pomodorini ciliegia**
- 60 g **mandorle fresche**
- 50 g **filetti di acciuga sott'olio**
- **olio extravergine di oliva**
- **basilico – sale – pepe**

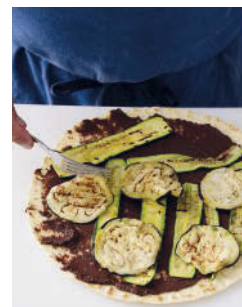
Tagliate a metà per il lungo il filone di pane e condite la mollica con un paio di cucchiai di olio; tostatelo in padella solo dalla parte della mollica finché non risulterà dorata.
Condite la polpa di pomodoro con 1 cucchiaio di olio e sale e spalmatela sul pane. Dividete i due mezzi filoni in trancetti.
Tagliate i pomodorini e condite anch'essi con sale, olio, pepe e basilico.
Distribuiteli sui trancetti di pane e completate con i filetti di acciuga sott'olio e le mandorle a pezzetti.

PIADINE IN TORTA DI ROSE

Cuoco Alessandro Procopio
Impegno Facile
Tempo 40 minuti

INGREDIENTI PER 30-36 PEZZI

- 6 **piadine da g 100 ciascuna**
- 400 g **1 melanzana**
- 250 g **stracciatella o stracciata di bufala**
- 250 g **stracchino**
- 200 g **prosciutto crudo**
- 200 g **1 zucchina**
- 1 **pomodoro ramato grande**
- **crema di olive**
- **origano secco**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale**

Passate brevemente in padella sulla fiamma dolce le piadine per renderle flessibili e malleabili: scaldatele a una a una, via via che le preparate.
Distribuite la stracciatella di burrata su due piadine, coprite tutta la superficie con sottili rondelle di pomodoro, condite con sale e origano secco e arrotolate compattando il rotolo a mano a mano che procedete; lasciatelo riposare mentre procedete con gli altri.
Spalmate lo stracchino su altre due piadine; stendetevi sopra le fette di prosciutto e arrotolate. Lasciate riposare.
Pelate la melanzana a strisce, tagliatela a rondelle spesse 3 mm e arrostitele in padella senza grassi per 3 minuti circa per parte. Tagliate la zucchina a nastri dello stesso spessore, insaporiteli con sale e olio e arrostite anch'essi per 2-3 minuti per lato. Spalmate 130 g di crema di olive sulle ultime due piadine, coprite con fette di melanzana e zucchina, arrotolate e lasciate riposare il rotolo per 5 minuti.
Rifilate le estremità dei rotoli di piadina e dividete ciascuno in 5-6 rocchetti.
Disponeteli ben serrati tra loro in un vassoio (ø 30 cm circa) o in una teglia.
Condite la torta di rose con un filo di olio e completate a piacere con rucola ed erbe fresche.

Questo antipasto, facile e di grande effetto, richiede solo un po' di abilità nella fase di arrotolamento. Assicuratevi che le piadine siano malleabili (se serve, intiepiditele dolcemente in padella). Dopo aver spalmato le basi cremose, distribuite gli altri elementi formando uno strato uniforme e sottile, per ottenere dei rotoli compatti. Tagliateli in rocchetti uguali, tenendo conto dell'altezza del vassoio che li conterrà.

MELONI E PROSCIUTTO CON RICOTTA, CROSTINI E MANDORLE

Cuoca Giulia Rota
Impegno Facile
Tempo 20 minuti

INGREDIENTI PER 8 PERSONE
- **400 g prosciutto crudo**
- **250 g pane casareccio**
- **150 g ricotta**
- **40 g mandorle a lamelle**
- **40 g mandorle con la pelle**
- **1 melone giallo**
- **1 melone bianco**
- **basilico**
- **finocchietto**
- **origano**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale**

Pulite i meloni e tagliateli a pezzetti, della forma che preferite.
Tagliate il pane a cubotti e tostateli in una padella con un filo di olio e un pizzico di sale.
Tostate velocemente in una padellina le mandorle a lamelle e sminuzzate quelle con la pelle.
Componete l'insalata nei piatti mescolando i due tipi di melone e completate con il prosciutto, la ricotta a fiocchetti, le mandorle, il pane e le erbe aromatiche fresche.

ALBORELLE IN CARPIONE

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Medio
Tempo 50 minuti più 12 ore di riposo

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
- **500 g alborelle**
- **250 g aceto di mele**
- **250 g vino bianco**
- **250 g yogurt greco**
- **30 g menta**
- **2 carote di media grandezza**
- **2 peperoncini rossi**
- **farina 00**
- **limone**
- **miele – alloro**
- **olio di arachide**
- **sale – pepe nero in grani**

Schiacciate il ventre delle alborelle per eliminare i visceri; poi, senza togliere la testa, infarinatele, scuotete l'eccesso di farina e friggetele in abbondante olio di arachide a 180 °C per 1 minuto e 30 secondi. Scolatele su carta da cucina.
Portate a bollore l'aceto di mele e il vino con 2 cucchiai di miele, 1 foglia di alloro e qualche grano di pepe. Unite quindi le carote a rondelle e i peperoncini rossi tagliati in quattro e, alla ripresa del bollore, scolateli con una schiumarola.
Lasciate raffreddare le verdure e la marinata.
Disponete le alborelle in una pirofila, versatevi la marinata, aggiungete le verdure, sigillate con la pellicola e ponete a riposare in frigorifero per 12 ore almeno.
Completate il carpione con qualche foglia di menta fresca e servitelo con lo yogurt greco mescolato con la menta tritata finissima, il succo di ½ limone, sale e pepe macinato.
L'idea in più Per completare questo antipasto, potete servire anche qualche manciata di foglie di menta impastellate e fritte: per la pastella, mescolate con una frusta 100 g di farina di riso con 25 g di fecola e un pizzico di bicarbonato, poi amalgamate con tanta acqua frizzante quanta ne serve per ottenere una consistenza cremosa. Immergete le foglie di menta nella pastella, friggetele subito in nuovo olio di arachide molto caldo e scolatele su carta da cucina.

ALBORELLE IN CARPIONE

Pane cunzato *pag. 43*
Calamari ripieni *pag. 51*

Optate per un rosato di stile francese, ma di carattere italiano, come il maremmano **Alìe 2020** di **Tenuta Ammiraglia**, un mix di syrah e vermentino, agrumato e floreale; il grado alcolico contenuto lo rende adatto per gli aperitivi e le cene estive. *12 euro*. *frescobaldi.it*

PRIMI

Piatto fondo dei malloreddus **Ceramiche Nicola Fasano**, sottopiatto intrecciato e piatti delle alborelle **Maisons du Monde**.

MALLOREDDUS CON PATATE, POMODORO E SALSA ALLA MENTA

Piatto fondo del risotto **Ceramiche Nicola Fasano**, sottopiatto intrecciato e piatti degli spaghetti **Maisons du Monde**, tovaglia bianca e tovagliolo **Rivolta Carmignani**.

RISOTTO CON IL PERSICO

SPAGHETTI AI RICCI DI MARE

PRIMI

MALLOREDDUS CON PATATE, POMODORO E SALSA ALLA MENTA

Cuoca Valeria Nozari
Impegno Facile
Tempo 50 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g patate
200 g malloreddus secchi
100 g ricotta di pecora
100 g passata di pomodori gialli
15 g foglie di menta
1 pomodoro ramato
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Pelate le patate e tagliatele a cubetti.
Scaldate un filo di olio con una presa di sale in una casseruola e rosolatevi le patate per 1 minuto. Bagnatele con 1 bicchiere di acqua, portate a bollore e cuocete per 5-6 minuti.
Aggiungete la passata di pomodori gialli e i malloreddus. Coprite di acqua e fate sobbollire, con un coperchio leggermente discosto, per il tempo di cottura della pasta. Spegnete e insaporite con una macinata di pepe.
Lavorate la ricotta con una frusta, rendendola cremosa con l'aggiunta di 1 cucchiaio di olio, sale e pepe.
Tagliate il pomodoro a dadini, eliminando la parte con i semi.
Scottate la menta in acqua bollente salata raffreddandola poi in acqua e ghiaccio. Scolatela e frullatela con 100 g di olio. La sbianchitura la manterrà di un verde brillante.
Servite i malloreddus con la ricotta, i pomodori a dadini e la salsa alla menta.

RISOTTO CON IL PERSICO

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Facile
Tempo 30 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1,5 litri brodo vegetale
500 g filetti di pesce persico sole e di lavarello
320 g riso Carnaroli
80 g burro
50 g Parmigiano Reggiano Dop
1 scalogno
salvia
vino bianco
olio extravergine di oliva
sale

Tritate lo scalogno e fatelo appassire dolcemente in una casseruola con un velo di olio; aggiungete il riso, tostatelo mescolando per 1 minuto, quindi sfumate con ½ bicchiere di vino bianco e procedete nella cottura aggiungendo via via il brodo bollente; dopo 12-13 minuti spegnete il fuoco e mantecate con 50 g di burro e il parmigiano.
Preparate il pesce mentre cuoce il risotto: rosolate i filetti in padella in 30 g di burro con qualche foglia di salvia per 3 minuti in tutto; salate.
Distribuite il risotto nei piatti, completatelo con il pesce e decorate a piacere con fiori di salvia.

SPAGHETTI AI RICCI DI MARE

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Medio
Tempo 1 ora

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g spaghetti ruvidi

Una volta rimossa la calotta superiore dei ricci, sciacquateli in una ciotola di acqua salata scuotendoli a testa in giù per liberarli dai filamenti scuri. Quindi, con un cucchiaino, estraete le parti arancioni (gonadi).

12 ricci di mare
2 limoni – prezzemolo – sale
olio extravergine di oliva

Estraete la polpa dei ricci di mare, tenendoli in mano con un guanto spesso (per ulteriore sicurezza, spuntate le spine con le forbici); poi, con la punta delle forbici, penetrate nell'incavo che si trova al centro sulla parte superiore e tagliate tutto intorno rimuovendo la calotta. Una volta puliti, con un cucchiaino staccate le parti color arancio aderenti al guscio.
Raccoglietele in una larga ciotola e mescolatele con 50 g di prezzemolo tritato fine, il succo di 2 limoni e 2 cucchiai di olio.
Cuocete gli spaghetti in acqua bollente salata.
Stemperate il condimento dei ricci con ½ mestolo di acqua di cottura della pasta.
Scolate gli spaghetti, uniteli nella ciotola con i ricci e mantecateli. Se risultano troppo asciutti, unite ancora un goccio di acqua.
Serviteli con prezzemolo fresco e, a piacere, scorza grattugiata di limone.

Piadine *pag. 43* **Insalata di bosco** *pag. 55*

Per frutti di bosco e funghi la scelta naturale sono bollicine di montagna, come il **Trento Brut Rosé** di **Rotari**, che richiama i sapori dell'insalata e sta benissimo anche con le piadine. Si trova al super. *12 euro. rotari.it*

Meloni e prosciutto *pag. 44* **Sardine** *pag. 51*

Le ricette con la frutta vogliono la morbidezza di un **Prosecco Superiore di Conegliano Valdobbiadene Extra Dry**. L'**R.D.O. Levante 2020** di **Masottina** ci piace per la sua eleganza. *13 euro. masottina.it*

Alborelle in carpione *pag. 44*

L'abbinamento con l'aceto è quasi impossibile: serve un vino versatile e adatto in ogni occasione. Noi l'abbiamo trovato nel **Naturalmente Frizzante Bianco** di **Casa Belfi**, un Glera sapido e leggero. *12 euro. albinoarmani.com*

Malloreddus *pag. 48* **Trota alpina** *pag. 51*

Un'ottima scelta per le ricette con erbe aromatiche e profumi balsamici è il bianco **Sauvignon**. Il **2020** di **Puiatti** nasce in Friuli ed è tipico e avvolgente, con una bevibilità spensierata. *12,50 euro. puiatti.com*

PESCI

Piatti e sottopiatto **Maisons du Monde**, posate **Sambonet**, tovaglia **Rivolta Carmignani**.

TROTA ALPINA CON GEMME DI ABETE

Piatto dei calamari, sottopiatto intrecciato, e vassoio delle sardine **Maisons du Monde**, tovaglia bianca **Rivolta Carmignani**.

CALAMARI RIPIENI DI MELANZANE, PATATE E RICOTTA SALATA

PESCI

TROTA ALPINA CON GEMME DI ABETE

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Medio
Tempo 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg 1 trota fario
250 g ribes, lamponi, mirtilli
1 cuore di lattuga
farina – gemme di abete
zucchero – limone
olio extravergine di oliva
burro – sale

Eviscerate la trota, sfilettatela ricavando due filetti ed eliminate accuratamente le lische.
Infarinate i filetti e cuoceteli in padella in un velo di olio con una noce di burro, prima dal lato della pelle per 4 minuti e poi dal lato della polpa per un paio di minuti; unite in padella anche 2-3 gemme di abete.
Raccogliete in un'altra padella 200 g di frutti di bosco, 20 g di zucchero, 2 cucchiai di acqua e uno spruzzo di succo di limone; cuocete per 4-5 minuti.
Servite ½ filetto di trota per ciascun commensale completando i piatti con lattuga condita con sale e olio, i frutti di bosco cotti e la loro salsa e qualche frutto fresco, gemme di abete e, a piacere, foglie e fiori di malva.

SARDINE IMBOTTITE E FRITTE

CALAMARI RIPIENI DI MELANZANE, PATATE E RICOTTA SALATA

Cuoca Valeria Nozari
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 10 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

450 g melanzana tonda
300 g patate – 50 g ricotta salata
10 calamari
1 bustina di zafferano
1 ciuffo di finocchietto
maggiorana – origano
vino bianco secco
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Lessate le patate in acqua bollente per circa 35 minuti.
Eviscerate i calamari; eliminate la penna interna e gli occhi e sciacquateli bene.
Separate i ciuffi e sminuzzateli con un coltello.
Tagliate la melanzana a cubetti e rosolateli in una padella antiaderente ben calda con un filo di olio, insieme ai ciuffi tritati.
Salate e cuocete per circa 10-12 minuti.
Pelate le patate e schiacciatele in una ciotola; aggiungete qualche fogliolina di maggiorana e di origano, le melanzane coi ciuffi, la ricotta salata grattugiata e mescolate. Insaporite con sale e pepe.
Riempite i sacchi dei calamari con il composto preparato e chiudeteli con uno stecchino.
Rosolateli in una padella antiaderente con un filo di olio e un pizzico di sale, a fuoco alto, facendoli colorire su tutta la superficie, in circa 5 minuti.
Eliminate l'olio in eccesso e versate nella padella 200 g di vino bianco, nel quale avrete sciolto lo zafferano.
Aggiungete un ciuffo di finocchietto e fate insaporire per 2 minuti, quindi filtrate e accompagnate i calamari con questo sughetto, decorando con ciuffi di finocchietto.

SARDINE IMBOTTITE E FRITTE

Cuoca Valeria Nozari
Impegno Medio
Tempo 50 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g 24 sardine
80 g patata
25 g prugne secche snocciolate
25 g pistacchi sgusciati
2 uova – pangrattato
olio extravergine di oliva
olio di arachide – sale

Pulite le sardine: con le forbici praticate un taglio lungo il ventre, evisceratele, apritele e rimuovete la lisca, conservando sia la testa sia la coda.
Pelate la patata e grattugiatela. →

Mescolatela con 30 g di pangrattato e fatela rosolare in una padella con 2 cucchiai di olio extravergine e un pizzico di sale per circa 10 minuti.
Raccoglietela in una ciotola, unite le prugne sminuzzate e i pistacchi tritati. Mescolate per ottenere un composto omogeneo, aggiungete 1 cucchiaio di olio e aggiustate di sale.
Riempite le sardine con questo composto, pressandolo un po' prima tra le dita e poi nei pesciolini, che poi andranno ricomposti.
Passate le sardine nelle uova sbattute e nel pangrattato, quindi friggetele nell'olio di arachide ben caldo (175 °C) per 15 secondi. Scolatele su carta da cucina e servitele caldissime, guarnendo a piacere con pistacchi tritati e qualche fogliolina di timo.

POLPO AFFOGATO IN ROSSO E CREMA DI LIMONE

POLPO AFFOGATO IN ROSSO E CREMA DI LIMONE

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **1,2 kg 1 polpo**
- **500 g pomodorini ciliegia**
- **250 g polpa di pomodoro**
- **250 g scorza di limone con un po' di polpa**
- **50 g zucchero**
- **prezzemolo**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

Eviscerate il polpo: rovesciate la testa come un guanto ed eliminate le interiora, poi ribaltatela di nuovo; togliete gli occhi e il becco che si trovano alla base dei tentacoli.
Tuffatelo in una casseruola con acqua bollente non salata e lessatelo per 40 minuti dalla ripresa del bollore. Alla fine scolatelo e staccate i tentacoli a ¾ della lunghezza. (Con il polpo rimanente, tagliato a fettine, potete preparare un'insalata con patate e erbe aromatiche).
Portate a bollore la polpa di pomodoro in casseruola con un filo di olio, sale e pepe; unite i tentacoli del polpo e i pomodorini e cuocete per 15-20 minuti al massimo, sul fuoco basso: la salsa dovrà addensarsi.
Raccogliete in una casseruola la scorza di limone e lo zucchero, coprite a filo di acqua e cuocete per 20 minuti dal levarsi del bollore. Infine frullate ottenendo una crema.
Servite il polpo con il sugo, la crema di limone e foglie di prezzemolo.
L'idea in più Se preferite una salsa più liscia, scottate i pomodorini in acqua bollente per 15 secondi, scolateli e pelateli, prima di unirli alla polpa.

Per la crema di limone, cuocete le scorze con zucchero e acqua e frullate. La consistenza rimarrà rustica: se la preferite liscia, passate al setaccio.

Risotto con il persico *pag. 48*

Aristocratico e cremoso, lo **Chardonnay** è il bianco per il risotto con pesce di lago. Sceglietene uno di struttura, con qualche anno, come l'**Alto Adige Doran Riserva 2018** di **Cantina Andriano**, agrumato e persistente nel finale fumé. *30,50 euro.*
cantina-andriano.com

Spaghetti ai ricci di mare *pag. 48*

Il sapore deciso dei ricci chiama un bianco di buona struttura, magari affinato in legno, come il **Colli Maceratesi Ribona Paucis 2018** di **Sant'Isidoro**: da un vitigno autoctono marchigiano poco diffuso, è complesso e sapido. *20 euro.*
cantinasantisidoro.it

VERDURE

Vassoio e sottopiatto **Maisons du Monde**, tovaglia **Rivolta Carmignani**.

INSALATA DI BOSCO

Vassoio delle melanzane e piatto dei cardoncelli **Maisons du Monde**.

MELANZANE GRATINATE AL PECORINO, CON CIPOLLE, ZUCCHINE E PINOLI

VERDURE

INSALATA DI BOSCO

Cuoco Alessandro Procopio
Impegno Facile
Tempo 25 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **250 g mirtilli**
- **200 g more**
- **150 g yogurt greco**
- **100 g lattughino**
- **12 funghi champignon**
- **4 porcini freschi medi**
- **2 mazzi di tarassaco o cicoria**
- **1 cespo di insalata riccia**
- **olio extravergine di oliva**
- **fiori di salvia o altri fiori**
- **menta – limone**
- **sale – pepe**

Mondate il tarassaco, l'insalata riccia e il lattughino.
Pulite i funghi eliminando la base con eventuali residui terrosi e poi passate cappelle e gambi con un panno umido.
Disponete in una ciotola le insalate in foglia, i porcini a tocchi e gli schampignon a lamelle, le more e 220 g di mirtilli.
Condite l'insalata con una salsa ottenuta frullando lo yogurt con 30 g di mirtilli, 25 g di olio, sale, pepe e un po' di succo limone.
Completate con foglie di menta e fiori di salvia.

CARDONCELLI IMPANATI CON MAIONESE ALLE ERBE

MELANZANE GRATINATE AL PECORINO, CON CIPOLLE, ZUCCHINE E PINOLI

Cuoca Valeria Nozari
Impegno Facile
Tempo 35 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **500 g 2 melanzane**
- **300 g zucchine**
- **15 g pinoli**
- **½ cipolla rossa**
- **zucchero – timo**
- **olive taggiasche**
- **Pecorino Dop**
- **olio di arachide – aceto**
- **olio extravergine di oliva**

Lavate le melanzane e tagliatele a spicchi, per il lungo, senza eliminare il picciolo.
Ungeteli con un filo di olio, aggiungete qualche rametto di timo e infornateli a 200 °C per circa 15 minuti.
Tagliate le zucchine a tocchetti, eliminando la parte troppo ricca di semi. Rosolatele in una padella con un filo di olio e i pinoli per circa 10 minuti. Aggiungete 1 cucchiaiata di olive taggiasche e cuocete ancora per 1 minuto mescolando.
Tagliate la cipolla a spicchietti. Scaldate in una casseruola un filo di olio di arachide (che non interferisce con il gusto della cipolla: se preferite, potete usare anche l'extravergine). Unite la cipolla, uno spruzzo di aceto e una presa di zucchero. Cuocete per 2-3 minuti.
Sfornate le melanzane, cospargetele di pecorino grattugiato e infornatele nuovamente a 200 °C per 1-2 minuti, fino a gratinatura.
Servitele insieme con le zucchine saltate e le cipolle, completando a piacere con rametti di timo freschi.

CARDONCELLI IMPANATI CON MAIONESE ALLE ERBE

Cuoca Valeria Nozari
Impegno Facile
Tempo 45 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- **200 g olio di semi**
- **100 g pane carasau**
- **6 funghi cardoncelli puliti**
- **4 uova**
- **½ peperone friggitello – lime**
- **erba cipollina – aneto – sale**
- **olio extravergine di oliva**

Frullate il pane carasau nel cutter. Se volete, a piacere, potete insaporirlo con un pezzettino di aglio tritato e qualche foglia di prezzemolo, un'abbinata di sapori caratteristica con i funghi. Noi abbiamo preferito lasciarlo neutro.
Separate i tuorli dagli albumi e sbattete leggermente questi →

ultimi con una presa di sale.
Tagliate a metà i cardoncelli, passateli nell'albume, quindi nel carasau sminuzzato. Appoggiateli su una teglia, ungeteli con un filo di olio e infornateli a 200 °C per circa 30-35 minuti.
Preparate intanto la maionese alle erbe: montate i tuorli con 1 cucchiaio di succo di lime, versando a filo l'olio di semi. Alla fine, regolate il gusto con aggiunta di sale e succo di lime.
Completate la salsa unendo 1 cucchiaio di erba cipollina a rondelline, il peperone tritato finissimo e 1 cucchiaio di aneto tritato.
Servite i cardoncelli con questa salsa.
Da sapere Molto sodi e delicati, i cardoncelli, tipici di Puglia e Basilicata, vengono anche coltivati e sono sempre disponibili. La maionese alle erbe è una nostra interpretazione della salsa tartara con erba cipollina, friggitello e aneto che sostituiscono cipolla, cetriolini e prezzemolo.

In questa ricetta abbiamo sfruttato l'uovo completamente, utilizzando i tuorli per la maionese e gli albumi per impanare i cardoncelli: sbatteteli leggermente con un po' di sale, faciliterà anche una migliore distribuzione sul fungo. L'impanatura si può realizzare con il pane carasau frullato, particolarmente croccante, ma anche con pane o grissini avanzati. Cuoceteli in forno fino a doratura.

PATATE SCHIACCIATE E PINZIMONIO AL GENEPÌ

Cuoco Alessandro Procopio
Impegno Facile
Tempo 1 ora
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 6 patate da 100 g ciascuna
- 8-12 ravanelli in spicchi
- 2 carote
- 1 finocchio
- aceto di mele
- grappa al genepì
- timo – aglio
- olio extravergine di oliva
- sale – pepe

Lavate bene le patate e lessatele con la buccia, partendo da acqua fredda salata; una volta cotte, scolatele e lasciatele raffreddare.
Tagliatele quindi a metà per il lungo, posate la superficie piatta sul tagliere a schiacciatele leggermente senza romperle.
Arrostitele in padella con 2 cucchiai di olio, timo e 1 spicchio di aglio in camicia, prima dalla parte del taglio e poi dalla parte della buccia, finché non si sarà formata una crosticina dorata e croccante.
Affettate le carote in nastri e il finocchio in fettine sottilissime verticali (conservate le barbine verdi). Immergete le verdure in acqua e ghiaccio per una ventina di minuti per renderle croccanti.
Emulsionate 4 cucchiai di olio con 2 cucchiai di aceto di mele, 1 cucchiaio di grappa al genepì, sale e pepe. Condite le verdure, ben sgocciolate, con questa vinaigrette.
Servitele con le patate e completate con le barbine del finocchio e, a piacere, finocchietto e fiocchi di sale.

PATATE SCHIACCIATE E PINZIMONIO AL GENEPÌ

Polpo affogato *pag. 52*
Caciocavallo alla griglia *pag. 60*

Piacerà a tutti un «vino-sangria» come il **Girofle 2020**, l'irresistibile rosato salentino di **Garofano Vigneti e Cantine**. Il nome significa chiodo di garofano in francese ed è uno dei suoi profumi, insieme ai frutti rossi. *10,50 euro. vinigarofano.it*

CARNI E ALTRO

Padella della frittata **Le Creuset**.

FRITTATA ALLE ERBE

Vassoio del pollo **Maisons du Monde**, tovaglia bianca del caciocavallo **Rivolta Carmignani**, forchettina **Sambonet**.

POLLO E MELANZANE CON COMPOSTA AGRODOLCE

CACIOCAVALLO ALLA GRIGLIA E ANGURIA PICCANTE

CARNI E ALTRO

FRITTATA ALLE ERBE

Cuoco Alessandro Procopio
Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- 12 uova
- 200 g pecorino semistagionato
- 150 g panna fresca (in alternativa latte)
- erba cipollina
- menta
- prezzemolo
- olio extravergine di oliva
- sale
- pepe

Mescolate le uova quel che basta per amalgamare tuorli e albumi: sbattendole a lungo si sfibrano e la consistenza della frittata perde tenacia. Aggiungete il pecorino, la panna, sale, pepe e un bel ciuffo di erbe tritate grossolanamente.
Versate il composto in una grande padella, sulla fiamma viva, in un velo di olio molto caldo. Quando si sarà formata una crostina, abbassate la fiamma, coprite con il coperchio e terminate la cottura senza voltarla.
Servitela subito o a temperaura ambiente. Conservata in frigo in un contenitore ermetico, è buona anche il giorno dopo.
L'alternativa Per una frittata più sostanziosa e saporita, provate a sostituire la panna fresca con la crema che si ottiene sgocciolando la stracciatella. Per ridurre i grassi, cuocetela in forno a 180 °C, in una pirofila foderata con carta da forno.

CACIOCAVALLO ALLA GRIGLIA E ANGURIA PICCANTE

Cuoco Alessandro Procopio
Impegno Facile
Tempo 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 500 g Caciocavallo Dop
- 450 g anguria
- 3 peperoncini dolci multicolore tipo jalapeño
- 2 peperoni cruschi
- ½ melone retato
- farina – olio di arachide
- olio extravergine di oliva
- sale – peperoncino

PER L'INSALATA DI ANGURIA
Pulite e riducete a tocchi l'anguria e il melone.
Tagliate a fettine i peperoncini.
Friggete in abbondante olio di arachide a 170 °C i peperoni cruschi (in alternativa, usate quelli già fritti confezionati).
Mescolate tutto e condite con un filo di olio, sale e peperoncino.
PER IL FORMAGGIO
Spazzolate e pulite la buccia del caciocavallo con carta da cucina umida. Tagliatelo a fette verticali di 2-3 cm di spessore, e queste a metà ottenendo delle mezzelune (grazie alla buccia manterranno la forma in cottura).
Infarinate un solo lato delle fette di formaggio e scuotete via l'eccesso.
Appoggiatele sulla piastra rovente (se non è antiaderente, passatela con un foglio di carta da cucina unto di olio) dalla parte della farina; dopo 2-3 minuti spegnete e lasciate intiepidire il caciocavallo per un paio di minuti: si staccherà senza rimanere appiccicato.
Servitelo subito con l'insalata di anguria piccante.

POLLO E MELANZANE CON COMPOSTA AGRODOLCE

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Facile
Tempo 1 ora
Senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- 1,2 kg 1 pollo
- 14 albicocche mature ma sode
- 2 melanzane
- ½ cipolla rossa
- aceto – aglio
- olio extravergine di oliva
- zucchero – sale – pepe

Aprite il pollo a metà e cuocete sulla griglia le due parti, schiacciandole un po', per 20-25 minuti circa per parte.
Tagliate le melanzane per il lungo a fette spesse un paio di centimetri. Strofinatele con aglio, conditele con sale e olio e arrostitele sulla griglia per 4 minuti per parte.
Aprite 6 albicocche e grigliatele per 2-3 minuti per parte.
Preparate una composta agrodolce: tritate la cipolla rossa e fatela appassire con 1 cucchiaio di olio, unite 8 albicocche a cubetti, 100 g di zucchero, uno spruzzo di aceto e un goccio di acqua, sale e pepe, cuocete per 20-25 minuti.
Servite il pollo con le melanzane e le albicocche grigliate accompagnandolo con la composta.
Da sapere Ben chiusa in un barattolo di vetro, la composta si conserva in frigorifero per 1 mese.

Melanzane gratinate al pecorino *pag. 55*

Per un piatto con sapori che richiamano la Sicilia, un vino della stessa regione, come il bianco **Grillo**. Il **Costadune 2020** di **Mandrarossa**, con aromi di agrumi e di frutta gialla, sta bene con le verdure. ***7 euro***. *mandrarossa.it*

Cardoncelli impanati *pag. 55*

Mettete in tavola un rosso fragrante e servitelo sui 14 °C. Va bene una Schiava dell'Alto Adige, ma di carattere, come la **Natsch⁴** di **Lageder**, prodotta con uve di quattro annate di vigna vecchia allevata in biodinamica. ***25 euro***. *aloislageder.eu*

Patate schiacciate e pinzimonio al genepì *pag. 56*

Una birra chiara e leggera, dal gusto secco e con un finale piacevolmente amaro, come la **Premium Pils** di **Theresianer**, bilancia il sapore dolce delle patate e delle verdure in pinzimonio. ***2 euro***. *theresianer.it*

Frittata alle erbe *pag. 60*

Con una frittata a temperatura ambiente, magari mangiata in spiaggia, sta bene una birra leggera e dissetante: la **Finisterrae** del **Birrificio Italiano** è una bianca fruttata, agrumata e freschissima. ***4,50 euro***. *birrificio.it*

DOLCI

Vassoio **Maisons du Monde**.

DOLCETTI COME BABÀ CON PANNA ALLA VANIGLIA

Vassoio della torta caprese **Maisons du Monde**.

TORTA CAPRESE, FRAGOLE E MENTA

CRUMBLE AL COCCO CON FRUTTI ROSSI E GELATO

DOLCI

DOLCETTI COME BABÀ CON PANNA ALLA VANIGLIA

Cuoca Giulia Rota
Impegno Facile
Tempo 50 minuti più 50 minuti di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 15 PEZZI

PER I DOLCETTI
- 250 g farina Manitoba
- 75 g burro
- 15 g zucchero
- 15 g lievito di birra fresco
- 4 uova
- 1 baccello di vaniglia
- sale

PER LA BAGNA E PER COMPLETARE
- 160 g zucchero
- 100 g panna fresca
- 2 limoni – menta
- 1 baccello di vaniglia
- ribes e lamponi

PER I DOLCETTI
Frullate nel robot da cucina per 2 minuti (o amalagamate vigorosamente con la frusta a mano) la farina, lo zucchero, il burro, le uova, un pizzico di sale, i semi del baccello di vaniglia e il lievito sbriciolato fino a ottenere un composto ben omogeneo.
Imburrate 15 stampini di capacità simile a quelli usa e getta (potete usare quelli che trovate in casa, anche di dimensioni e forme diverse) e distribuitevi l'impasto, fino poco sotto il bordo.
Lasciate lievitare a temperatura ambiente per 30 minuti, quindi infornateli a 190 °C per 10-12 minuti.
Sfornate i dolcetti, lasciateli raffreddare, infine sformateli.
PER LA BAGNA
Portate a bollore 400 g di acqua con 150 g di zucchero, le scorze di 2 limoni e il succo di 1 limone, 4 rametti di menta. Spegnete e lasciate raffreddare, quindi filtrate lo sciroppo.
Immergetevi i dolcetti finché si saranno imbevuti, poi strizzateli leggermente.
PER COMPLETARE
Montate la panna con 10 g di zucchero e i semi del baccello di vaniglia.
Servite i dolcetti accompagnati con la panna, completando con i ribes e i lamponi.

STRUDEL DI PESCHE

L'impasto a lievitazione diretta è facile e veloce: si frullano tutti gli ingredienti insieme e si distribuisce il composto in stampini monodose usa e getta o in uno stampo unico più grande, anche di silicone: riempite fino a 1 cm sotto il bordo poiché durante la lievitazione e in cottura i dolci si gonfieranno.

TORTA CAPRESE, FRAGOLE E MENTA

Cuoca Giulia Rota
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 10 minuti più 30 minuti di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

PER LA TORTA
- 180 g uova
- 165 g farina di mandorle
- 165 g zucchero
- 130 g cioccolato fondente
- 65 g olio extravergine di oliva
- 20 g mandorle a lamelle
- 10 g cacao amaro

PER LA CONFETTURA
- 600 g fragole pulite
- 200 g zucchero
- 4-5 rametti di menta
- pectina – limone

PER COMPLETARE
- 100 g panna fresca
- 10 g zucchero – vaniglia

PER LA TORTA
Montate le uova con lo zucchero finché non saranno spumose. Aggiungete a filo l'olio, continuando a montare, fino a quando non lo avrete incorporato tutto.
Fate fondere il cioccolato.
Miscelate la farina di mandorle e il cacao.
Incorporate nel composto di uova prima la farina di mandorle col cacao, poi il cioccolato fuso, mescolando sempre con una spatola, delicatamente, per non smontare l'impasto.
Rivestite completamente con la carta da forno uno stampo a cerniera (ø 18 cm).
Cospargete il fondo dello stampo con le mandorle, quindi versatevi l'impasto della torta e livellatelo battendo un po' lo stampo su un piano.
Infornate a 180 °C per 30-35 minuti.
Sfornate e lasciate raffreddare per 30 minuti, fino al cuore.
PER LA CONFETTURA
Tagliate a pezzetti le fragole. Mescolate lo zucchero con 2 cucchiaini di pectina. Raccogliete tutto in una casseruola con il succo di 1 limone e 4-5 rametti di menta e portate a bollore. Cuocete per circa 20 minuti a fuoco medio mescolando ogni tanto.
Eliminate i rametti di menta e lasciate raffreddare.
PER COMPLETARE
Montate la panna con lo zucchero e i semi di 1 baccello di vaniglia, quindi mescolatela con 1 cucchiaiata di confettura, per ottenere un effetto variegato.
Tagliate la torta a metà, farcitela con la confettura e decoratela a piacere con fiori. Servitela con la panna variegata a parte.

Potete arricchire la bagna analcolica dei dolcetti con un bicchierino di limoncello o di un altro liquore

CRUMBLE AL COCCO CON FRUTTI ROSSI E GELATO

Cuoca Giulia Rota
Impegno Facile
Tempo 50 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
PER I FRUTTI ROSSI
500 g frutti rossi
50 g zucchero
50 g amido di mais
limone
PER IL CRUMBLE
150 g farina 00
115 g zucchero
90 g burro
25 g farina di cocco
2 limoni
PER COMPLETARE
gelato fior di latte

PER I FRUTTI ROSSI
Mescolate i frutti con lo zucchero, il succo di ½ limone e l'amido di mais, finché non si creerà una crema rosata, con il succo fuoriuscito dai frutti.
Distribuiteli in uno stampo da crostata (ø 20-22 cm circa).
PER IL CRUMBLE
Mescolate il burro, fuso, con la farina 00, la farina di cocco, lo zucchero e la scorza grattugiata dei 2 limoni.
Sbriciolate il composto ottenuto sopra i frutti rossi, fino a coprire la superficie.
Infornate a 180 °C per 15-20 minuti, finché il crumble non sarà dorato. Azionate la ventola del forno negli ultimi 7 minuti.
PER COMPLETARE
Servite il crumble tiepido con il gelato, che si scioglierà un po', oppure lasciatelo raffreddare completamente.

STRUDEL DI PESCHE

Cuoca Giulia Rota
Impegno Medio
Tempo 1 ora più 15 minuti di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE
500 g pesche di pasta soda pulite
230 g pasta sfoglia stesa rettangolare
200 g yogurt greco
100 g zucchero semolato
80 g pangrattato
60 g pinoli
20 g rum
2 rametti di timo
1 tuorlo
zucchero di canna

Tagliate le pesche a dadini e mescolatele con 50 g di pinoli, lo zucchero semolato, il rum e il pangrattato.
Lasciate riposare per 15 minuti.
Disponete il ripieno sulla pasta sfoglia e arrotolatela sul lato lungo formando lo strudel; sigillatelo bene lungo il bordo e alle estremità. Adagiatelo sulla teglia del forno, con il bordo sigillato rivolto verso il basso.
Spennellate lo strudel con il tuorlo sbattuto e cospargetelo con zucchero di canna e i pinoli rimasti. Infornatelo a 200 °C per 30-35 minuti, finché non sarà ben dorato.
Servite con lo yogurt greco decorando con foglioline di timo.

Pollo e melanzane con composta agrodolce *pag. 60*

Un rosso leggiadro, servito a 16 °C, sta bene con la carne bianca e l'agrodolce. Ottimo l'**Alto Adige Pinot Nero Marith 2019** di **Tenuta Kornell** che sa di lampone e fragola e ha una bella acidità. *14 euro. kornell.it*

Dolcetti come babà *pag. 64*
Crumble al cocco *pag. 65*

Fragrante, aromatico e spumeggiante, il **Moscato d'Asti** è un classico con dolci alla frutta e gelati. Il **2020** di **Bera** ha tipici profumi di salvia e limone. Anche al super (con etichetta diversa). *10 euro. bera.it*

Torta caprese *pag. 64*

Un vino rosso dolce come il **Recioto della Valpolicella Classico** richiama il sapore delle fragole e ha la struttura per il cioccolato. Il **2016** di **Albino Armani** ricorda l'amarena sotto spirito, il cacao e il caffè. *22 euro. albinoarmani.com*

Strudel di pesche *pag. 65*

Il prezioso **Picolit** sa di albicocca, frutta secca ed erbe aromatiche, proprio come il nostro strudel. Il **2015** di **Livio Felluga**, tra i più classici, ha il tipico colore oro antico, un carattere voluttuoso e grande eleganza. *70 euro. liviofelluga.it*

ISOLE AMICHE

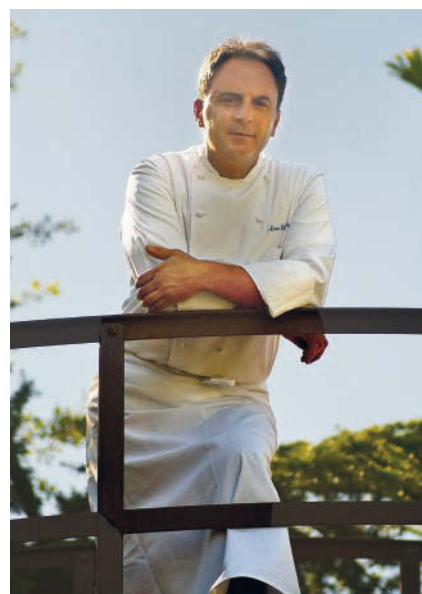
Capri e Ischia, storicamente rivali: le due località, vicine e così diverse, rivelano due identità intense, dove ogni momento è parentesi di puro Mediterraneo

di MADDALENA FOSSATI

Capri

Sopra, il ristorante Aurora, dove da tre generazioni servono ottimi spaghetti al pomodoro e la famosa «pizza all'acqua», sottilissima e con poco lievito. Sotto, da sinistra, il piccolo hotel La Tosca, la caprese che servono al caffè interno alla Villa San Michele ad Anacapri (nella parte nord-ovest dell'isola) e Gioacchino Coppola, il barman del Jacky Bar del Capri Tiberio Palace.

FOTO FEDERICO CIAMEI

Ischia

Sopra, a sinistra, la piscina del Botania Relais & Spa, 51 camere realizzate nel rispetto dell'ambiente. Lo chef Nino Di Costanzo del ristorante Daní Maison, che ha anche un giardino in stile giapponese. Sotto, da sinistra, la costa sud dell'isola dove si trova la spiaggia di Maronti con sabbia scura e granulosa, abitata da stabilimenti balneari e con grandi tratti liberi; il giardino e un particolare della Fonte delle Ninfe di Nitrodi, dove bere acqua benefica e mangiare vegetariano.

«Questa è la mia isola, l'Epomeo è la mia montagna»

ERRI DE LUCA

Sopra, a sinistra, piazza Umberto I, meglio nota come la Piazzetta, a Capri. Un tempo c'erano i banchi della frutta e della verdura, poi nel 1938 Raffaele Vuotto mise i tavolini e la trasformò nel salotto dell'isola. A destra, uno dei taxi iconici.

Sopra, a sinistra, Tommaso Luongo, executive chef del Botania Relais & Spa, e i peperoni 'mbuttunati al corbezzolo, uno dei piatti vegetariani proposti a Il Mirto, il nuovo ristorante dell'hotel.

FOTO **FEDERICO CIAMEI**

Capri

Mi piace immaginare la Piazzetta di Capri com'era un tempo, uno spazio dove i locali andavano a comprare frutta e verdura, dove c'era il mercato, vocazione principale di molte piazze italiane. Poi un giorno, nell'anno 1938, un certo Raffaele Vuotto mise i tavolini e il luogo divenne la destinazione di Maria Callas e del jet set internazionale, dove oggi si bevono aperitivi (spritz su tutti). Erano gli anni in cui la marchesa Casati Stampa, inquilina della Villa San Michele (oggi sede del consolato svedese), un tempo appartenuta al dottor Axel Munthe, circolava per Capri indossando solo una pelliccia e facendosi accompagnare da due pavoni. Capri è così, peccaminosa, glamour, colta visto che è stata la patria dei grandi autori di tante epoche, e certamente anche destinazione culinaria. Poca spiaggia, molto sole, molta cucina semplice e buona come i ravioli tipici ripieni di caciotta e maggiorana serviti con sugo di pomodoro e basilico, ben presenti nei menù come quello di Villa Margherita o del celebre Da Paolino, tutti e due a Capri città (se così si può dire). Ottima anche la «pizza all'acqua» dell'Aurora, vicino alla Piazzetta, un ristorante storico dell'isola dove vanno tutti, da Roger Federer a Quincy Jones e Kate Moss. Diretto da Mia D'Alessio, terza generazione di ristoratori, con il marito Franco Aversa, propone questa versione sottilissima con poco lievito, motivo per cui è estremamente leggera. Sopra ci mettono gamberi crudi e scorze di limone della costiera. Capri è così, vuole le valigie grandi (per i tanti cambi d'abito) ma a tavola propone semplicità e ingredienti del posto. Oppure bar sofisticati come al Capri Tiberio Palace. Così bianco il design che sembra una scenografia studiata per far risaltare l'abbronzatura e così deliziosi i cocktail creati dal barman Gioacchino Coppola neanche fossimo a New York. E poi ha tanti luoghi meravigliosi come la Villa San Michele, ad Anacapri, dove soggiornava la regina di Svezia e dove si beve un caffè di quelli squisiti e si assaggia la caprese migliore dell'isola. Nella casa un tempo abitazione di Axel Munthe e della marchesa di cui parlavo qualche riga più su, il cui unico lascito è il motto della sua vita scritto su un muro in francese: osare, desiderare, sapere, tacere.

«Signora lasci stare, è stata solo due ore all'ombrellone, e che le faccio pagare?». Ischia è così, facile, normale, gentile. Pochi negozi, e tutti senza marchi internazionali. Tanti piccoli ristoranti piuttosto invitanti sul lungomare, magari con quei cartelli un po' ingenui che ti fanno pensare ancora alla famiglia intera che lavora tra la sala e la cucina. E poi tanta spiaggia. Diciamo che se ami Ischia, forse Capri ti appassiona meno e viceversa. Ci sono validi motivi per venire qui. Sicuramente il parco termale delle Ninfe di Nitrodi dove l'acqua è classificata come «minerale, ipotermale, bicarbonata, solfata, alcalina e alcalina terrosa». Ne bevi più che puoi, ti docci tanto e poi vai sulla terrazza dell'amore a guardare il panorama o al ristorante vegetariano dove servono per lo più drink di aloe del giardino e piatti vegetali. Ischia ha un'anima verde, figuratevi che le nostre sorelle Gosetti, che hanno diretto *La Cucina Italiana* negli anni Cinquanta, avevano una casa proprio vicino alle altre terme di Negombo dove i locali vanno a immergersi nelle acque. A Ischia per la cucina ci sono luoghi che meritano il viaggio. Da una parte Nino Di Costanzo che nel suo ristorante Daní Maison propone una cucina che definirei commovente. Una serie di amuse-bouche come la merenda napoletana (palline di ricotta ricoperte da briciole di salame; zingara locale, ovvero un toastino con prosciutto e lattuga; caramelle di verdure e provola... Poi il risotto, che sembra un classico riso in bianco, lo prendi bene da sotto e arrivano i ricci...). Un luogo nascosto oltre le curve di una strada stretta che si piazza nella memoria e non si sposta più, con un giardino giapponese che rispecchia l'identità verde dell'isola. Come il Botania Relais & Spa, cinque stelle ecosostenibile, camere fresche in materiali naturali, un'atmosfera leggera. Rita e Luigi Polito, i proprietari, sono gente che vede lontano al punto che un giorno arriva un giovane cuoco che voleva fare il ricevimento di matrimonio da loro e finisce che lo assumono. Era Tommaso Luongo, allora braccio destro del mitico Pasquale Palamaro del ristorante Indaco, altro indizio indimenticabile sull'isola. Comunque Tommaso e Rita parlano, e alla fine eccolo che arriva in cucina con un progetto coraggioso: una cucina vegetale in un'isola dove la domenica si mangia come piatto classico il coniglio. ■

Indirizzi

La Tosca
Undici camere a due passi dalla Piazzetta e dalla certosa di San Giacomo. Semplicità, pulizia degli spazi e gentilezza assoluta. Colazione con vista sui faraglioni, spesa contenuta. *latoscahotel.com*

Aurora
Celebre per la «pizza all'acqua», il ristorante è un must di Capri quanto la Piazzetta. *auroracapri.com*

Villa San Michele
Si trova ad Anacapri e qui ha vissuto il medico svedese Axel Munthe. All'interno, nel giardino, tra i reperti archeologici ritrovati durante la costruzione c'è un magnifico caffè. Da seguire i concerti che organizzano durante l'estate. *villasanmichele.eu*

Capri Tiberio Palace
Accogliente e sofisticato boutique hotel cinque stelle in posizione ineguagliabile. *capritiberiopalace.it*

Indirizzi

Botania Relais & Spa
Nella parte nord dell'isola, 51 camere sparse in un giardino mediterraneo, una spa con trattamenti del marchio di bellezza italiano Mei, completamente naturale, un ristorante vegetariano, Il Mirto, appena inaugurato e diretto dallo chef Tommaso Luongo, già sous chef di Pasquale Palamaro dello stellato Indaco presso il Regina Isabella Resort. *botaniarelais.com*

Daní Maison
Imperdibile il pranzo da Nino Di Costanzo, due stelle Michelin nonché Dom Pérignon ambassador. Giardino di ispirazione giapponese, cucina «alta» con sapori commoventi e sinceri del territorio. *danimaison.it*

Fonte delle Ninfe di Nitrodi
L'acqua benefica guarisce tante cose. Il ristorantino vegetariano propone bevande naturali e piatti vegetariani deliziosi. *fonteninfenitrodi.com*

FINALE DA BRIVIDO

MINI GHIACCIOLI DI FRUTTA

Per rinfrescare il palato dopo pranzo, sei idee con frutta e panna da portare in tavola al posto del gelato o del solito caffè

ricette **JOËLLE NÉDERLANTS**, testi **LAURA FORTI**, foto **RICCARDO LETTIERI**, styling **BEATRICE PRADA**

TORTA DI ANGURIA

FICHI AL CAPRINO
E PISTACCHI

MINI GHIACCIOLI DI FRUTTA

Impegno Facile
Tempo 1 ora più 6 ore di riposo
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 12 PERSONE

480 g zucchero
400 g polpa di melone arancione
350 g polpa di pesche bianche
300 g polpa di melone bianco
200 g polpa di mango
200 g polpa di percoche
100 g mirtilli – 50 g lamponi
menta

Preparate uno sciroppo con 120 g di zucchero, 100 g di acqua e 5-6 foglie di menta: portate a bollore, fate sciogliere lo zucchero, spegnete e fate raffreddare. Frullate la polpa di melone arancione con lo sciroppo filtrato.
Distribuite il frullato negli stampi multipli per il ghiaccio, sistemando uno stecco al centro di ogni vano.
Preparate uno sciroppo con lo zucchero rimasto e 300 g di acqua, portate a bollore, spegnete, dividete in tre parti e lasciate raffreddare.
Frullate il melone bianco insieme con i mirtilli e un terzo di sciroppo, quindi versate il contenuto negli stampi per il ghiaccio, con gli stecchi.
Frullate il mango e le percoche con un'altra parte di sciroppo e distribuite negli stampi.
Frullate infine le pesche con i lamponi con l'ultima parte di sciroppo e versate negli stampi.
Ponete tutte le vaschette con i diversi gusti di ghiacciolini nel freezer per almeno 4-6 ore.

TORTA DI ANGURIA

Impegno Facile
Tempo 10 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

1 ruota di anguria spessa 2,5 cm
150 g panna fresca
frutta ed erbe aromatiche per decorare

Tagliate la ruota di anguria come una torta, in 8 fette, e guarnitele con la panna e frutta di stagione.
Completate con erbe aromatiche.
L'alternativa Potete servire l'anguria con un sorbetto di frutta, invece che con la panna, oppure guarnire con granelle o confettini di cioccolato.

FICHI AL CAPRINO E PISTACCHI

Impegno Facile
Tempo 25 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE

250 g formaggio vaccino fresco tipo caprino
100 g panna acida
35 g miele di limone o altro
30 g pistacchi tritati
8-10 fichi
limone – verbena
erbe aromatiche

Lavorate il formaggio con il miele, la panna acida e qualche foglia di verbena.
Tagliate i fichi incidendoli a croce, senza arrivare fino al fondo.
Farciteli con il formaggio e completate con il pistacchio, erbe aromatiche e scorza grattugiata di limone.

MATTONELLA DI YOGURT CON MIELE, PINOLI E MORE

Impegno Facile
Tempo 30 minuti più 6 ore di riposo
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

350 g panna fresca
300 g yogurt – 250 g more
100 g zucchero
100 g pinoli
30 g miele – 3 albumi

→

MATTONELLA DI YOGURT CON MIELE, PINOLI E MORE

GRANITA AL CAFFÈ

Montate gli albumi con lo zucchero, ottenendo una meringa morbida.
Montate la panna non completamente ottenendo una consistenza cremosa, quindi mescolatela con lo yogurt. Unite poi anche la meringa e ¾ dei pinoli.
Versate questo composto cremoso in una teglietta o in una pirofila (circa 22x30 cm) formando uno strato di circa 3 cm; mettete in freezer per 6 ore.
Completate poi la mattonella con i pinoli rimasti, il miele e le more e servitela tagliata a quadrotti.
Da sapere Congelate alcune more per ottenere un bell'effetto brinato.

GRANITA AL CAFFÈ

Impegno Facile
Tempo 40 minuti più 12 ore di riposo
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

- **400 g caffè della moka**
- **200 g panna fresca**
- **150 g zucchero di canna**
- **10 bacche di cardamomo**

Portate a bollore 350 g di acqua con lo zucchero, fate sciogliere completamente lo zucchero, spegnete e lasciate raffreddare.
Schiacciate leggermente le bacche di cardamomo e fatele macerare nel caffè ancora caldo, finché non si sarà raffreddato.
Mescolate lo sciroppo con il caffè filtrato, versatelo in una ciotola e ponetela in freezer per 12 ore.
Grattate la superficie con un cucchiaio per ottenere la granita: raccoglietela in un recipiente da servizio o in bicchierini singoli precedentemente ghiacciati nel freezer.
Servite con la panna, montata, e, volendo, con una brioche, come si usa in Sicilia.

STECCHI DI TIRAMISÙ

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 10 minuti più 12 ore di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

- **600 g latte**
- **200 g panna fresca**
- **160 g zucchero**
- **150 g caffè espresso**
- **40 g Marsala**
- **4 savoiardi**
- **2 tuorli**

Scaldate il latte con metà dello zucchero fino al bollore.
Sbattete i tuorli con lo zucchero rimasto, quindi versatevi il latte bollente e mescolate.
Riportate il composto sul fuoco e cuocete fino a raggiungere 82 °C (la crema dovrà velare il cucchiaio).
Spegnete e lasciate raffreddare.
Incorporate la panna e il Marsala e versate nella gelatiera e avviatela.
Rivestite intanto uno stampo da circa 1 litro con la carta da forno.
Spalmate uno strato di gelato sul fondo e sui bordi dello stampo.
Disponete al centro i savoiardi brevemente imbevuti nel caffè, quindi coprite con il gelato rimasto.
Infilate in superficie gli stecchi, al centro di immaginarie fette spesse 2,5-3 cm, che taglierete una volta ben congelato il tutto.
Riponete in freezer per 12 ore.
Tagliate a fette ed estraete i gelati.
In alternativa Potete utilizzare stampi singoli, mettendo al centro di ognuno un pezzetto di savoiardo al caffè. Per abbreviare i tempi, potete comprare 1 kg di gelato allo zabaione e procedere con le fasi successive.

STECCHI DI TIRAMISÙ

Un cesto di ricci di mare appena pescati al porto di Gallipoli. Nella pagina accanto, la cittadina vista dalla banchina dei pescatori.

L'ALTRO SALENTO

Tra le reti dei pescatori e le trame di antichi telai, lungo la costa selvaggia che corre da Gallipoli a Santa Maria di Leuca, i tesori mediterranei si interpretano guardando al futuro

di LAURA FORTI, foto ALESSANDRO MOGGI

Mare meraviglioso, paesaggi affascinanti e cucina mediterranea di grandissimo livello e varietà: la Puglia ha tanto da offrire e sono in molti a saperlo, viste le folle di turisti che in estate percorrono le sue coste. E il Salento, piccolo Sud nel Sud, è meta molto ambita, soprattutto tra Lecce e Otranto, e poi scendendo fino a Santa Maria di Leuca. Noi abbiamo esplorato l'altro lato del Salento, quello che da Gallipoli scende fino all'estremo Sud d'Italia. Il nostro punto di partenza è una piccola frazione, Sannicola, dove si trova la Tenuta Mosè.

Un accogliente rifugio

Superato il cancello d'ingresso, un'imponente facciata con le ombre delle palme disegnate sull'intonaco bianco ci annuncia che la Tenuta è ben protetta dall'esterno. Una volta entrati, ci troviamo in una struttura dalle caratteristiche inattese. Non è una masseria, come quelle che ci si aspetta di incontrare in Puglia. Né un hotel. Gli ambienti, l'uno collegato all'altro, girano intorno a un piccolo parco verde, e l'atmosfera è più quella di una grande casa nella quale i nostri ospiti ci accolgono come amici, e ci fanno subito sentire a nostro agio. Il muro perimetrale che circonda la tenuta non si percepisce più nella sua imponenza, ma se ne apprezza la funzione: qui siamo come in un giardino segreto, protetto e profumato, nel quale la pace, il riposo e il benessere sono proprio quelli che si possono trovare a casa propria, ma con il plus di un servizio impeccabile e di un ristorante di livello, il **Petrosino**. In cucina c'è una giovane coppia di cuochi in grado di accontentare ogni esigenza: Angelo Motolese e Jennifer Bianchi, con le verdure e le erbe dell'orto che si trova dietro la grande cucina, oltre a pesci e carni attentamente selezionati, mettono a frutto tra i fornelli le loro passioni: Angelo media tra le sue origini pugliesi (è di Grottaglie, Taranto) e la sua esperienza nei ristoranti tra Milano e Londra, per ottenere un'elegante misura tra i sapori della tradizioni e le esigenze di una cucina più contemporanea. Mentre Jennifer, metà italiana e metà uruguayana, oltre alle conoscenze acquisite nei suoi studi in Liguria, utilizza qualche sapore o qualche tecnica esotica, che sposa con discrezione ai piatti pugliesi. Un esempio? Il Carpaccio di orata dell'Adriatico, marinatura al lime, cipolla rossa, peperoni e peperoncino: prodotti (e nomi) italianissimi, trattamento identico al sudamericano ceviche. Risultato eccezionale. Non mancano piatti più tradizionali come le orecchiette alla leccese, con irresistibili polpettine al sugo, e la tipica ricotta forte salentina, cremosa e leggermente acida.

Pescatori a Gallipoli

Usciamo di casa. Partiamo alla scoperta di questo tratto di Salento, un po' aspro, a volte anche un po' imbruttito da un'edilizia non proprio leggiadra, ma anche per questo dotato di un fascino un po' selvaggio. La nostra prima meta è il centro più noto della zona, Gallipoli, cittadina di origini antichissime, addirittura messapiche, con una evidente vocazione per la pesca. La città è divisa in due parti da un antico ponte che collega la «terraferma» a una sorta di «testa» dove si trova il centro storico, con i suoi caratteristici vicoli, i bastioni e la spiaggia. Proprio i bastioni, in estate, sono una meta ambitissima per l'aperitivo vista mare, tanto che la viabilità, persino a piedi, mette a dura prova anche i più pazienti. Noi, →

A sinistra, i cuochi Jennifer Bianchi e Angelo Motolese. Sotto, Luigi Padovano con i gamberi viola di Gallipoli. A destra, uno scorcio della cittadina. Sopra, un ambiente della Tenuta Mosè e il Carpaccio di orata del ristorante Petrosino. Nella pagina accanto, la facciata della Tenuta Mosè.

«Prendo i miei ingredienti dove sono al meglio: da colture controllate, attente alla qualità e alla biodiversità» **DANIELA MONTINARO**

Sopra, Edoardo Trentin, titolare de I Contadini; a destra, i pasticciotti di Martinucci, a Santa Maria di Leuca; a sinistra, le stoffe della Tessitura Giaquinto. In alto a destra, Daniela Montinaro, del ristorante Le Macàre, tra i figli Vincenzo e Francesco; a sinistra, le loro polpettine di polpo.

però, vogliamo esplorare il suo lato più artigiano e meno modaiolo, salendo dal porto e fermandoci nella piazza del mercato del pesce. Qui si possono fare acquisti freschissimi, visto che le barche dei pescatori sono ormeggiate pochi metri più indietro, e si può fare una sosta per gustare il pescato del giorno, come i pregiati gamberi viola di Gallipoli, piccoli e dolcissimi. Noi li abbiamo assaggiati al ristorante **La Lampara**, dove confluisce il lavoro di tutta la famiglia che fa capo al titolare Luigi Padovano. Pescheria, fish lab, ristorante (c'è un altro locale tra i vicoli del centro storico, gestito dal figlio, per aperitivi meno rustici), tutto ruota intorno alla vocazione per il pesce appena pescato.

Poco lontano da Gallipoli, procedendo sulla costa verso sud, arriviamo a Ugento-Torre San Giovanni, dove grandi spiagge sabbiose accolgono chi desidera trovare acque cristalline e natura incontaminata. Ci fermiamo da **I Contadini**, azienda agricola che produce ortaggi, essiccati al sole del Salento, salati a mano e infine messi in conserva. «Questa zona del Salento ha una microventilazione che la rende unica», ci racconta Edoardo Trentin, titolare insieme con i fratelli Emanuele e Gianna. «Grecale e Scirocco, venti marini, influiscono sulle coltivazioni, dando loro una unicità riconoscibile. È il caso del cappero, per esempio, che mio nonno cominciò a coltivare qui in Salento». Parliamo del Cappero di Racale, una specialità dimenticata negli ultimi decenni e oggi riportata in auge fino a suscitare l'interesse di Slow Food e l'apprezzamento del Gambero Rosso, che lo ha premiato nel 2020 come miglior cappero d'Italia. Questi capperi, con la particolarità di essere «scalibrati» (se ne trovano di piccoli e medi), hanno intensi profumi di erbe aromatiche e di macchia mediterranea e una speciale consistenza croccante.

Il ristorante La Loquita: pesce eccellente vista mare tra punta Ristola e il lungomare di S. Maria di Leuca.

All'incrocio dei mari

La nostra passeggiata fuori casa prosegue in direzione sud. Vogliamo arrivare dove Ionio e Adriatico si mescolano davanti ai nostri occhi. Prima, però, raggiungiamo Gagliano del Capo, per scoprire un laboratorio artigiano che racconta abilità secolari: è la **Tessitura Giaquinto**, dove Francesco e Cosimino (tessitori ma anche meccanici, perché i telai sono antichi e non sempre si trovano i pezzi per la loro manutenzione) portano avanti il lavoro di genitori e nonni, creando stoffe con filati di qualità. Molte fantasie sono state disegnate dalla nonna, che ne ha registrate a centinaia. Tovaglie, asciugamani, grembiuli, tessuti a metro, nel negozio c'è davvero da perdersi. Restiamo conquistati dalla tovaglia componibile, che si può allungare aggiungendo segmenti a piacimento, grazie ad asole e bottoni.

Arriviamo al lembo estremo di Puglia, a Santa Maria di Leuca. Dopo una visita alla basilica e al faro, a 102 metri sul mare, scendiamo a Marina di Leuca e poi fino a Punta Mèliso, dove si trova il confine tra i due mari, con un dolcetto in mano: lo abbiamo trovato da **Martinucci**, la pasticceria storica della cittadina, che prepara i tradizionali pasticciotti salentini. Addolciti, risaliamo verso Sannicola.

Il piccolo Nord

L'ultima tappa è il ristorante **Le Macàre**, ad Alezio, pochi chilometri da Sannicola. Entrando in questa «trattoria» si resta stupiti dall'ambiente modernissimo, dal design quasi nordico, in evidente contrasto con il paesaggio esterno: eleganti cromie e geometrie girano intorno al grande tavolo quadrato in legno, eredità della mamma e anima del locale. Ci accoglie Daniela Montinaro, una delle Macàre (fattucchiere in dialetto salentino) fondatrici del ristorante (l'altra ora è impegnata in diverse avventure). Grintosa e preparatissima, Daniela ha lasciato una vita da casalinga per dedicarsi alla sua passione di sempre, e ha creato questo gioiellino, che oggi dirige insieme ai suoi tre figli: Vincenzo e Francesco in cucina, Stella in sala e ai vini. La materia prima è oggetto di una ricerca maniacale, soprattutto l'olio, che ha addirittura una carta dedicata. Nel menù, piatti della tradizione, ma rivisitati secondo il criterio del chilometro buono: «Non sono una integralista del chilometro zero. Se ho bisogno di trovare un ingrediente che questo territorio non mi offre al meglio, lo vado a prendere dove lo trovo di qualità», dice convinta Daniela. Tra i fornelli, spicca la fantasia di Vincenzo, appassionato di cibi di strada e hamburger gourmet come il Big Macara. Ma la scelta in cucina è molto varia: da sperimentare. ■

INDIRIZZI

Tenuta Mosè, *tenutamose.it*
La Lampara, *lalamparagallipoli.it*
I Contadini, *icontadini.it*
Tessitura Giaquinto, *tessituragiaquinto.com*
Martinucci, *martinucci1950.com*
Ristorante La Loquita, *ristoranteloquitaleuca.it*
Le Macàre, *lemacare.it*

Estate uguale insalate di pasta. Sì, ma non i rigatoni da picnic

FATELA LUNGA (MA FREDDA)

Provate spaghetti, linguine e bucatini in cinque ricette di alta cucina

ASPIC DI SPAGHETTONI CON BLOODY MARY ALLE COZZE

ricette DAVIDE BROVELLI, testi LAURA FORTI, foto GUIDO BARBAGELATA

LINGUINE IN GAZPACHO DI BARBABIETOLA, AGRUMI E GAMBERI ROSSI

Due edifici ottocenteschi in un parco con piscina che si affaccia sulla sponda lombarda del Lago Maggiore: si trova qui Il Sole di Ranco, storica «locanda con camere» guidata da Davide Brovelli (sotto) e dalla sua famiglia.

Bisogna ringraziare Gualtiero Marchesi se anche la pasta lunga ha potuto conquistare il diritto di essere servita fredda (ciononostante continuiamo a preparare sempre solo pennette o farfalle in insalata, e quasi nessuno pensa a spaghetti o linguine da servire meno che tiepidi...). Era il 1985 quando Marchesi creò i suoi famosi Spaghetti freddi con erba cipollina e caviale, a cui il nostro Davide Brovelli si è ispirato per creare le paste che vedete qui. Oltre alla ricetta che omaggia il maestro e che si trova in carta al suo ristorante Il Sole di Ranco, il cuoco ne propone altre quattro, che stupiscono per sapori, e temperature, nuovi. Con semplicità e molta eleganza. ■

ASPIC DI SPAGHETTONI CON BLOODY MARY ALLE COZZE

Impegno Medio
Tempo 50 minuti più 2 ore di riposo

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1,5 kg cozze
500 g pomodori pelati
360 g spaghettoni
8 g gelatina alimentare in fogli
limone – ghiaccio
peperoncino – Tabasco
olio extravergine di oliva
vodka – sale – pepe

Lessate gli spaghettoni al dente in acqua salata.
Scolateli e versateli in acqua e ghiaccio per bloccare la cottura, quindi sgocciolateli molto bene eliminando tutta l'acqua.
Mondate le cozze, poi fatele aprire in una casseruola con un filo di olio.
Sgusciatele e filtrate l'acqua di cottura, pepate leggermente.
Frullate i pelati e passateli al setaccio per eliminare impurità e semi.
Mettete a bagno la gelatina in acqua fredda. Prelevate quindi 2-3 cucchiai di pomodoro frullato, scaldatelo e scioglietevi la gelatina, quindi riunite il composto al resto del pomodoro.
Aggiungete anche l'acqua filtrata delle cozze e il succo di 1 limone, 50 g di vodka, peperoncino e uno spruzzo di Tabasco, ottenendo il Bloody Mary.
Condite la pasta con questo Bloody Mary, aggiungendo metà delle cozze.
Disponetela in 4 stampini e fateli raffreddare in frigorifero per 2 ore.
Sformate gli aspic e serviteli completando con le cozze rimaste, scorza di limone grattugiata ed erbe aromatiche a piacere.
Da sapere Il segreto di questo piatto è la giusta quantità di gelatina: deve essere abbastanza per tenere in forma la pasta, ma non troppa. Una volta sformati e serviti, i nidi devono aprirsi come fiori non appena si inserisce la forchetta.

LINGUINE IN GAZPACHO DI BARBABIETOLA, AGRUMI E GAMBERI ROSSI

Impegno Facile
Tempo 35 minuti più 2 ore di marinatura

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

360 g linguine
250 g 1 barbabietola lessata
12 gamberi rossi
2 limoni – 2 pompelmi rosa
1 arancia – fiori eduli
ghiaccio
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Lessate le linguine al dente in acqua salata.
Scolatele e versatele in acqua e ghiaccio per bloccare la cottura, quindi sgocciolatele molto bene eliminando tutta l'acqua.
Frullate la barbabietola con il succo di 1 limone, 1 arancia e 1 pompelmo, e un pizzico di sale, per circa 5 minuti, fino a ottenere un frullato molto liscio.
Sgusciate i gamberi ed eliminate il budellino nero. Conditeli con un filo di olio, sale, pepe e il succo di 1 limone e lasciateli marinare per 2 ore.
Condite la pasta con il frullato di barbabietola agli agrumi, unite tutti i gamberi tranne 4, che terrete per la decorazione.
Servite la pasta con pezzettini di polpa di pompelmo e completate con i gamberi rimasti e i fiori. A piacere potete aggiungere un po' di menta essiccata e sbriciolata finemente.

BUCATINI CON ZUCCHINE, PESTO DI MENTA E AVOCADO

Impegno Facile
Tempo 35 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

360 g bucatini – 50 g menta
20 g Parmigiano Reggiano Dop
10 g pinoli – 2 zucchine

→

BUCATINI CON ZUCCHINE, PESTO DI MENTA E AVOCADO

«La vita è una combinazione di pasta e magia», diceva Federico Fellini. Qui la formula è: frutto esotico e bucatini

L'aggiunta del caviale impreziosisce il piatto e mette in risalto la dolcezza dei crostacei

SPAGHETTI, CROSTACEI E CAVIALE

1 **avocado maturo**
limone – ghiaccio
olio extravergine di oliva
sale – pepe in grani

Lessate i bucatini al dente in acqua salata.
Scolateli e versateli in acqua e ghiaccio per bloccare la cottura, quindi sgocciolateli molto bene eliminando tutta l'acqua.
Tagliate le zucchine a nastri sottilissimi, quindi a spaghetti: utilizzate solo la parte verde e conservate il resto per il sugo.
Tuffate i fili di zucchine in acqua bollente salata e scolateli subito.
Sbollentate anche le zucchine rimaste, in acqua bollente salata, quindi scolatele. Pesatene circa 100 g.
Mondate la menta tenendo solo le foglie e frullatele con le zucchine, il parmigiano grattugiato, 70-80 g di olio, i pinoli e sale, ottenendo un pesto consistente.
Pulite l'avocado e frullatelo con il succo di ½ limone, 1 cucchiaio di olio, sale e pepe, ottenendo una salsa liscia.
Condite la pasta con il pesto di menta, quindi mescolatela con i fili di zucchine.
Servitela completando con la crema di avocado e pepe macinato grossolanamente.

SPAGHETTINI ALL'ACQUA DI POMODORO, BASILICO E MANDORLE

SPAGHETTI, CROSTACEI E CAVIALE

Impegno Medio
Tempo 50 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
½ kg **cozze – ½ kg vongole**
360 g **spaghetti**
20 g **caviale**
12 **gamberi rossi – 12 scampi**
1 **astice – ghiaccio**
erba cipollina – lime
olio extravergine di oliva
sale

Lessate gli spaghetti al dente in acqua salata.
Scolateli e versateli in acqua e ghiaccio per bloccare la cottura, quindi sgocciolateli molto bene eliminando tutta l'acqua.
Fate aprire in due casseruole separate le vongole e le cozze, con un filo di olio. Toglietele dalle casseruole e sgusciatele. Eliminate l'acqua delle cozze e conservate quella delle vongole, filtrandola attraverso un colino fine.
Sgusciate gamberi e scampi e liberateli dal budellino scuro. Tagliateli sottili.
Cuocete l'astice in acqua bollente per 5-7 minuti, quindi sgusciatelo e tagliate la polpa finemente.
Raccogliete in una ciotola gamberi, scampi e astice e conditeli con il succo di ½ lime, l'acqua delle vongole, un po' di erba cipollina tagliata fine e un filo di olio.
Condite la pasta con i crostacei, aggiungete cozze e vongole, tenendone qualcuna per decorare, e completate con il caviale.

SPAGHETTINI ALL'ACQUA DI POMODORO, BASILICO E MANDORLE

Impegno Facile
Tempo 40 minuti
più 12 ore di marinatura
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
360 g **spaghettini**
40 **pomodorini ciliegia**
40 **mandorle fresche (o sgusciate senza pelle)**
4 **pomodori ramati**
ghiaccio
basilico
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Scottate i pomodorini in acqua bollente per 30 secondi. Eliminate la pelle, conditeli con olio, sale, pepe e basilico e lasciateli marinare in frigorifero per 12 ore.
Lessate gli spaghettini al dente in acqua salata.
Scolateli e versateli in acqua e ghiaccio per bloccare la cottura, quindi sgocciolateli molto bene eliminando tutta l'acqua.
Frullate i pomodori ramati e passate il frullato al colino: schiacciate leggermente la polpa, così da ottenere un'acqua di pomodoro colorata di rosso (non completamente trasparente).
Condite gli spaghetti con questa acqua, completateli con i pomodorini marinati, tagliati in quattro, e con le mandorle tagliate a metà.
Guarnite a piacere con basilico.
L'alternativa Abbiamo usato il basilico greco invece di quello comune: ha foglie molto piccole e tenere, e un aroma più dolce e delicato.

IL PROFUMO DI AGOSTO

Di che cosa sa una sera di mezza estate? Di pesche, magari condite con lo zucchero, soavi come una carezza. E di peperoni abbrustoliti sulla griglia

a cura di ANGELA ODONE, ricette JOËLLE NÉDERLANTS
foto RICCARDO LETTIERI, styling BEATRICE PRADA

PESCHE

«Questo cotone è manopesca», dicevano le sarte di una volta, per far capire che si trattava di un tessuto vellutato e morbido come la buccia del frutto che nell'immaginario collettivo è sinonimo di bellezza e di gioventù: guance di pesca, pelle di pesca, profumo di pesca, dolce come una pesca... Gli scienziati hanno recentemente scoperto nello Yunnan, in Cina, otto noccioli fossili di pesca selvatica risalenti addirittura a due milioni e mezzo di anni fa. «La pesca è stata la testimone silenziosa dell'avvento dell'uomo in Cina», ha detto emozionato il professor Wilf, paleobotanico dell'università della Pennsylvania. E dalla Cina, dove si è cominciato a coltivarne le specie spontanee ottomila anni or sono, la pesca arrivò in Persia, fu apprezzatissima da Alessandro Magno e poi approdò in Europa.

I romani le chiamavano *mala persica*, mele persiane, e il gastronomo Apicio le conservava in aceto e santoreggia. Più tardi Carlo Magno ne promosse la coltivazione nei giardini dei monasteri. In Italia e in Francia si raccontava che mordendo la corteccia di un giovane pesco si potessero addirittura trasmettere alla pianta i propri malanni, liberandosene. In Giappone invece la pianta proteggeva dalle forze malefiche e dai fantasmi.

E che dire dei suoi fiori incantevoli, simbolo di amore eterno e segno di rinascita, raffigurati su antiche porcellane cinesi e scelti come contemporanei tatuaggi? Anche il frutto figura spesso nella storia dell'arte, comparendo come elemento ornamentale, dagli affreschi di Pompei fino alle madonne del Rinascimento. La pittrice Fede Galizia, iniziatrice secentesca del genere della natura morta, ne immortalò alcune che sembrano vere nel celebre *Pesche in una fruttiera di vetro, fiori di gelsomino, mele cotogne e cavalletta* e nella *Natura morta con cesto di pesche e prugne*.

I frutti che portiamo oggi in tavola freschi e che le nonne magnificavano in conserva (oh, il sapore delle tonde e profumate pesche sciroppate!) sono ormai ben diversi da quelli paleolitici ritrovati in Cina, nella dimensione, nel colore, nel gusto, che è diventato sempre più dolce e gradevole incrociando e coltivando, fino a crearne centinaia di varietà, per tutti i gusti e per tutti gli usi. MARINA MIGLIAVACCA E VALERIA NAVA

Prunus persica o *vulgaris* e *Prunus persica laevis* sono i nomi che identificano il pesco. Appartenente alla famiglia delle Rosacee (la stessa del ciliegio, del melo, dell'albicocco, del susino...), è un albero di dimensioni non eccessive che tollera bene anche di crescere in vaso. L'importante è che sia protetto dagli sbalzi di temperatura, che sia ben esposto al sole e ben irrigato e che la terra non sia troppo compatta (evitate i terreni ricchi di argilla). Il frutto si chiama drupa, può avere la buccia liscia (*Prunus laevis*) oppure ricoperta di peluria, cioè tomentosa. La polpa va dal bianco al rosato, al giallo a seconda della varietà e può staccarsi facilmente dal nocciolo (spiccagnola o spicca) oppure no, cioè essere aderente.

1. PERCOCCA
Percoca o precoca, è un tipo di pesca con la buccia lanuginosa di colore uniforme che va dal giallo all'arancione. Non si tratta di un incrocio tra specie diverse ma di una varietà precoce (*praecocus* in latino), perché è tra le prime a essere raccolta. La polpa è compatta, non spicca, dolce. Usata principalmente nell'industria conserviera per le pesche sciroppate, i succhi di frutta o i distillati, da alcuni anni si è affermata anche per il consumo da fresca. Una delle varietà più note e più antiche è la Vesuvio.

2. A PASTA GIALLA
La pesca per eccellenza. Come tutte è ricchissima di acqua (ne contiene circa l'85%) e di vitamine che sono concentrate soprattutto nella buccia. Le varietà sono →

tantissime, una su tutte la J.H. Hale selezionata ai primi del Novecento negli Stati Uniti, portata in Italia nel 1919 dai fratelli Stark (gli stessi della mela Stark Delicious). Grossa, quasi sferica, resistente, con polpa soda, zuccherina e spicca.

3. NOCE A PASTA GIALLA
Chiamata anche nettarina, si differenzia solo per la buccia completamente glabra, lucente e colorata, mentre possiede le stessa caratteristiche nutrizionali e di dolcezza delle varietà tomentose.

4. A PASTA BIANCA
Simile a quelle a pasta gialla, si riconosce dalle sfumature rosacee della buccia. Dolcissima, profumata, con polpa fondente. Tra le varietà storiche che stanno scomparendo si distinguono per la fragranza la Michelini, la Paola Cavicchi e la Pieri 81.

5. NOCE A PASTA BIANCA
Un po' meno diffuse delle gialle, ma altrettanto deliziose. La Snow Queen è pronta ai primi di luglio.

6. TABACCHIERA
Nota anche come Saturnina, è originaria della zona dell'Etna. La pianta, rustica, comincia a fiorire i primi di marzo. Il frutto si raccoglie dalla fine di luglio. Riconoscibile dalla tipica forma schiacciata, è medio-piccolo, spiccagnolo, con buccia moderatamente tomentosa, chiara con pennellate di rosso violaceo. La polpa bianco-rosacea è dolcissima e profumata.

LE RARITÀ

Maturare nel sacchetto

Non certo quello del supermercato, ma uno piccolo e di pergamena. Stiamo parlando della Pesca di Leonforte Igp, che ha bisogno di tutta la passione e la costanza dei contadini per arrivare a maturazione. Entro la fine di luglio tutte le drupe vengono avvolte in uno speciale sacchetto che le protegge dai parassiti, per non ricorrere all'ausilio delle sostanze chimiche, e si raccolgo scalarmente da agosto fino a ottobre. Le due varietà, il Giallone e il Bianco di Leonforte, sono entrambe dolcissime e dalla polpa soda. Dal 1982 una sagra che si svolge nel paesino in provincia di Enna le celebra ai primi di ottobre.

TARTELLETTE ALLA PESCA

Impegno Medio
Tempo 1 ora più 3 ore di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PEZZI

PER LA PASTA FROLLA
- 210 g **farina 00**
- 40 g **farina di mandorle**
- 80 g **zucchero**
- 130 g **burro – sale – 1 uovo**

PER LA CREMA
- 500 g **polpa di pesche gialle sbucciate**
- 70 g **zucchero**
- 20 g **amido di mais**
- 3 **tuorli**
- **limone**

PER COMPLETARE
- 200 g **zucchero**
- 3 **pesche gialle**
- **rosmarino**
- **mandorle a lamelle**

PER LA PASTA FROLLA
Lavorate con la punta delle dita le farine con lo zucchero, un pizzico di sale e il burro fino a ottenere un composto sabbioso, poi unite l'uovo e proseguite a impastare; avvolgete la pasta frolla nella pellicola e fatela riposare in frigo per 1 ora.
Stendete la pasta a 2-3 mm di spessore e usatela per foderare 6 stampini (ø 8 cm, h 3 cm).
Disponete in ogni stampino, sulla pasta, un disco di carta da forno e diversi legumi secchi per la cottura «in bianco». Infornate a 180 °C per 20-25 minuti in modalità ventilata.
Sfornate, eliminate carta e legumi e lasciate raffreddare.

PER LA CREMA
Frullate finemente la polpa delle pesche con il succo di ½ limone, poi scaldatela quasi fino al bollore.
Mescolate i tuorli con lo zucchero e l'amido di mais; filtrate il frullato bollente sui tuorli, mescolate rapidamente e riportate sul fuoco mescolando costantemente come se preparaste una crema pasticciera. Dopo 3 minuti di ebollizione, versate la crema ancora calda nelle tartellette.
Lasciate raffreddare, poi mettetele in frigo per almeno 1-2 ore.

PER COMPLETARE
Dividete le pesche a metà e privatele del nocciolo.
Preparate lo sciroppo: portate sul fuoco un pentolino con 200 g di zucchero, 300 g di acqua e 2 rametti di rosmarino. Dopo 2-3 minuti dal bollore unite le mezze pesche, riducete la fiamma al minimo, dopo 5-6 minuti (valutate se prolungare o ridurre il tempo di 1-2 minuti in base al grado di maturazione) togliete dal fuoco e lasciate le mezze pesche ancora per 5 minuti nello sciroppo.
Scolatele e fatele raffreddare, filtrate lo sciroppo e riportatelo sul fuoco per 4-5 minuti in modo che si riduca ancora. Fate intiepidire.
Accomodate le mezze pesche sciroppate nelle tartellette sopra la crema a mo' di coperchio, lucidate con lo sciroppo ridotto e completate con mandorle a lamelle.

ILLUSTRAZIONE AG. GETTY IMAGES

Piatti delle ricette delle pesche **Tognana**.

SANGRIA DI PESCHE

Impegno Facile
Tempo 20 minuti più 3 ore di raffreddamento
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
- **750 g vino rosato fermo**
- **40 g zucchero (di canna a piacere)**
- **1 pesca tabacchiera**
- **1 pesca bianca**
- **1 percocca**
- **1 pesca gialla**
- **½ arancia – ½ lime**
- **foglie di menta**
- **cannella in stecca**

Mescolate in una grande caraffa o in una ciotola il vino con lo zucchero, il succo della ½ arancia e del ½ lime. Unite le pesche a tocchetti (potete pelarle, ma ricordate che la buccia è aromatica e ricca di vitamine), foglie di menta e un pezzo di cannella.
Mettete la caraffa in frigorifero per almeno 2-3 ore.
Aggiungete una decina di cubetti di ghiaccio al momento di servire.

SORBETTO DI PESCHE

Impegno Facile
Tempo 20 minuti più la mantecatura
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE
- **500 g polpa di pesca tabacchiera bianca**
- **125 g zucchero**
- **½ limone**

Preparate lo sciroppo: scaldate lo zucchero in 150 g di acqua, mescolate fino al bollore, spegnete e lasciate raffreddare.
Frullate la polpa di pesca con il succo del ½ limone e lo sciroppo.
Versate nella gelatiera e avviate l'apparecchio.
Servite il sorbetto da solo al naturale oppure «affogandolo» nella sangria di pesche.

PEPERONI

Quando il missionario Bernardino de Sahagún, considerato uno dei primi antropologi della Storia, arrivò in Messico intorno al 1530 e descrisse la civiltà azteca, ci tenne a sottolineare che questo popolo coltivava più di una dozzina di specie diverse di peperoni per mangiarli, per uso medico e anche per scopi rituali. Della stessa famiglia, la *Capsicum*, fanno parte in realtà sia i peperoni dolci sia i «fratelli terribili», i peperoncini piccanti, che i messicani chiamavano *axi* e che subito interessarono tantissimo i conquistadores, dal momento che sarebbero stati in grado di sostituire il costosissimo pepe, il cui commercio era monopolio dei portoghesi. Colombo per primo aveva intuito che quello avrebbe potuto essere un bel business, nonostante gli attacchi dei gesuiti, i quali temevano che il diavoletto rosso potesse suscitare peccaminosi istinti...

Il peperone dolce invece, per quanto facile ad acclimatarsi, fu apprezzato solo più tardi dalle nostre parti. Nel Seicento Antonio Latini, uno dei primi cuochi ad azzardarsi con orgoglio a sperimentare le novità culinarie del Nuovo Mondo, lo cita nel suo ricettario *Lo scalco alla moderna*, ma bisognerà aspettare Vincenzo Corrado, cuoco colto nato nel Settecento, col suo repertorio di preparazioni vegetariane, per trovare una ricetta che vede finalmente il peperone protagonista e solista, modernamente imbottito di pane, formaggio grattugiato, olive e capperi. Ippolito Cavalcanti, discendente del Guido che fu amico di Dante, nell'Ottocento lo aggiunge come special guest alla sua ricca caponata e si dice che dei peperoni sott'aceto, messi in conserva da un creativo oste di Verona, finissero addirittura sulla tavola di Napoleone, che li apprezzò.

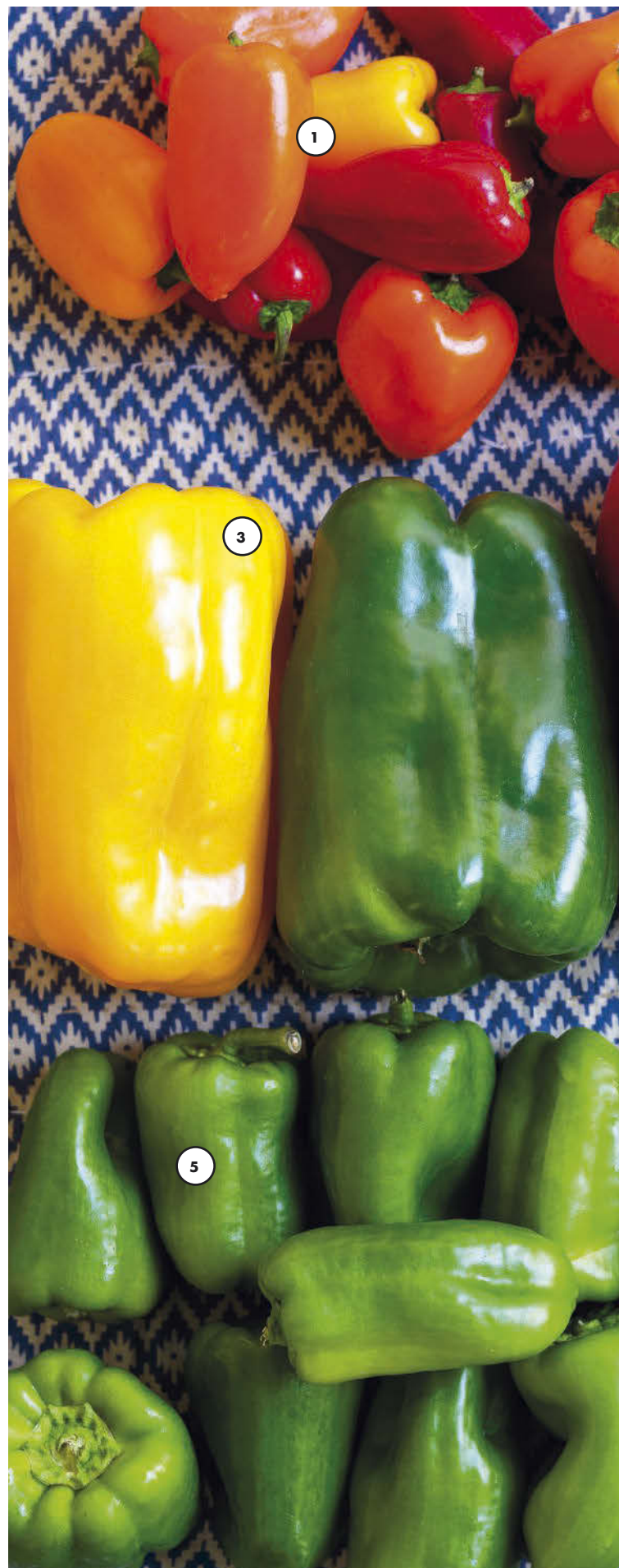
Avvicinandoci nel tempo, nel famoso *La scienza in cucina e l'arte di mangiare bene* pubblicato nel 1891 da Pellegrino Artusi i peperoni sono citati solo come contorno, scottati, sbucciati e passati in padella con la salsa di pomodoro. In compenso ai primi del Novecento un commerciante torinese ne introdusse la coltivazione a Carmagnola e dintorni e il suo successo fu immediato, rendendo questo versatile ortaggio una presenza quotidiana non solo sulle tavole del Sud Italia.

Allora, ma anche oggi. Poco calorici e ricchi di vitamina C, i peperoni sono allegri, colorati, belli a vedersi e buoni a mangiarsi. Ripieni, nelle insalate, in peperonata, sott'olio, in conserva o ridotti in deliziose creme da spalmare, sono protagonisti delle nostre estati, dalle Alpi alla Sicilia!

MARINA MIGLIAVACCA E VALERIA NAVA

Tutte le varietà di peperone sono piante erbacee, della famiglia delle Solanacee come pomodori, melanzane, patate, tabacco e bacche di Goji. Il frutto è appunto una bacca, lucida e cava all'interno. Le numerosissime cultivar si differenziano per forma: *Grossum*, i più grandi, tri o tetralobati, e *Longum*, conici con polpa più sottile; e per sapore: dolci o piccanti a seconda della presenza della capsaicina, la molecola responsabile del piccante. Per calcolarne il livello si usa la Scala di Scoville, dal nome del suo inventore Wilbur Scoville.

1. MINI
Sono molti i tipi di peperone di piccole dimensioni. Uno dei più noti è quello inserito tra i Presidi Slow Food: il Peperone di Capriglio (AT). La pianta è abbastanza rustica, e la bacca è a forma di cuore o talvolta di trottola, di sapore dolce. Sono disponibili dalla fine di agosto fino ai primi di ottobre. Poiché la polpa è abbastanza spessa, sono adatti alle conserve; quella tradizionale piemontese è fatta con le vinacce della freisa.

2. QUADRATO D'ASTI
Quadrilobato, carnoso, dolce, di sapore elegante, si raccoglie →

già da giugno per tutta l'estate. Perfetti da fare al forno e da servire con olio, un filetto di acciuga o meglio ancora un po' di bagna caôda. Chi riesce a dire «Doi povron bagnà en tl'euli» (due peperoni bagnati nell'olio), una sorta di scioglilingua gastronomico, potrà dire di aver superato con successo un vero esame di dialetto piemontese.

3. CLASSICO
Quello che troviamo su ogni banco del mercato e del supermercato in questa stagione (spesso anche fuori stagione proveniente da altre parti del mondo), nei tre colori. Adatto a tutte le preparazioni. Pur essendo dolce, la quantità di capsaicina non è mai certa, conviene sempre assaggiarne un pezzettino prima di cucinare.

4. CORNO DI BUE
Oppure Lungo di Carmagnola. Si tratta di una varietà di forma conica affusolata composta da 3 o 4 lobi, lunga fino a 20 cm, molto dolce e di consistenza croccante. Ideale da mangiare crudo o al forno condito solo con un filo di olio. Oppure farcito come nella ricetta nella pagina accanto.

5. SNACK
Di dimensioni assai ridotte, perfetto da sgranocchiare: è dolce, con pochi semi e selezionato apposta per essere molto digeribile. Si trova nei tre classici colori.

6. FRIGGITELLI
Oppure friarelli (nota bene: non friarielli, che sono invece le cime di rapa), sono piccoli peperoni dolci, di colore verde e di forma allungata. Si cuociono interi direttamente in padella con un filo di olio, senza eliminare semi e filamenti bianchi, che si possono mangiare.

LE RARITÀ

Come la notte

Il panorama dei colori nelle varietà vegetali è spesso molto originale, ma di solito la cromia non influisce sul sapore. Per esempio, senza addentrarci tra le centinaia di cultivar di peperoncino piccante (sempre appartenenti al genere *Capsicum*) scopriremo che i colori non modificano il sapore o la quantità di capsaicina (la molecola responsabile del piccante, appunto): si va dal viola scuro, quasi nero (Habanero Chocolate), ai misti (gialli o rossi puntinati di viola, «fenotipo maculato»), fino al candido e infuocato Habanero White Bullet. Tra le varietà dolci accade lo stesso, lo storico Zodiac Taurus, nero come la notte, quasi corvino, è sodo, carnoso e croccante come gli altri. Ideale alla griglia o ripieno al forno. Potete provare a coltivarlo anche in un vaso di medie dimensioni sul vostro balcone. Mettete a dimora tre piante per metro quadrato in un terreno «sciolto», cioè che non crea ristagni di acqua, esposto al sole per la maggior parte della giornata e irrigate con regolarità. In tre mesi dovreste riuscire a raccogliere i vostri peperoni neri.

PEPERONI SOTT'OLIO

Impegno Facile
Tempo 40 minuti
più 30 minuti di raffreddamento
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
1,2 kg peperoni misti
salvia – basilico – aglio
olio extravergine di oliva
sale

Ungete di olio i peperoni e disponeteli in una placca foderata di carta da forno. Infornateli a 200 °C per 20-25 minuti in modalità ventilata.
Sfornate i peperoni, chiudeteli in un sacchetto di carta del pane oppure di plastica alimentare e lasciateli intiepidire per 30 minuti.
Pelate i peperoni, eliminate i semi e il picciolo e divideteli in falde.
Accomodate le falde di peperone in un piatto di portata, ungete con poco olio, salate e profumate con basilico, aglio e salvia. Si conservano in frigorifero in una scatola a chiusura ermetica per almeno tre giorni.

ILLUSTRAZIONE AG. GETTY IMAGES

Fondi di tessuto **Novità Home**, vassoio **Virginia Casa**.

PEPERONI RIPIENI DI PASTA

Impegno Facile
Tempo 40 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **250 g pastina tipo risoni**
- **150 g quartirolo a tocchetti**
- **100 g cetriolo a tocchetti**
- **60 g peperone dolce a tocchetti**
- **30 g olive taggiasche**
- **20 g capperi dissalati**
- **4 peperoni tipo corno di bue di media dimensione**
- **1 lime**
- **Tabasco – menta fresca**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

Lessate i risoni, scolateli, allargateli su in vassoio, sgranateli con i rebbi della forchetta unendo un filo di olio. Lasciateli raffreddare.
Aprite i peperoni a metà per il lungo e privateli dei semi e delle nervature bianche, conditeli con un filo di olio e un pizzico di sale.
Raccogliete i risoni in una ciotola, mescolateli con il resto degli ingredienti e insaporiteli con un ciuffo di menta tritata, sale, pepe, olio, succo di lime e qualche goccia di Tabasco. (Potete prepararli il giorno prima e conservarli in frigo in una scatola ermetica).
Distribuiteli nei mezzi peperoni e serviteli.

VI RACCONTO UNA STORIA

Sei personaggi della musica, del design, della televisione, della letteratura e della cucina ci svelano i loro ricordi (gastronomici) più cari

a cura di ANGELA ODONE

Tinto

Nicola Prudente nasce in Puglia, cresce in Toscana, oggi vive e lavora a Roma. Dal 2002 è, insieme a Federico Quaranta, l'anima e la voce di *Decanter*, programma cult di Rai Radio2, dedicato al mondo dell'agricoltura e dell'enogastronomia. Da ottobre 2019 è autore e conduttore del programma televisivo *Mica pizza e fichi* su La7. Nel 2020 esce il libro, edito da Cairo Editore, tratto dall'omonimo programma.

«Partiamo dal mio nome, anzi dal mio soprannome: Tinto. A casa mia il vino, rosso chiaramente, non è mai mancato. Posso però dire con certezza che in qualità di conduttore radiofonico e televisivo di programmi enogastronomici è molto più azzeccato Tinto di Nicola Prudente, più adatto a una scuola guida o a un'assicurazione. A parte le battute, oltre al vino sempre presente sulla tavola di mio nonno, il mio ricordo sensoriale più nitido è legato alla merenda, ovvero la bruschetta. Ginocchia sbucciate, scarpe impolverate ma bastava un filo di extravergine sul pane (toscano) appena abbrustolito ed era la felicità, che fa rima con semplicità. A volte c'erano anche il pomodoro e il basilico. Si dice che i pomodori non abbiano più il gusto di una volta ed è vero, ma se chiudo gli occhi ritrovo la dolcezza (e la spensieratezza) di quel tempo!

A parte il mio motorino, un Sì Piaggio (truccato) color verde bottiglia, da giovane non mi separavo mai dalla pizza. Il mio era proprio amore, potevo mangiarla anche più volte al giorno, chi l'avrebbe mai detto che un giorno avrei condotto un programma in tv ospitando i migliori pizzaioli italiani (e quindi del mondo). All'università, avevo così tanti cartoni di pizza che riuscii, insieme a quelli delle uova, a insonorizzare una stanza nella quale giocavo con la play-station fino a notte fonda. In abbinamento ho sempre preferito il vino perché la birra mi faceva pensare ai sandali con calzino bianco dei tedeschi in vacanza sul lago.

La cuoca a casa mia era ed è mia mamma. La sua specialità è il pesce ma dopo molti anni ho capito che il suo ingrediente segreto è l'amore, a differenza di mia moglie che invece è una buona forchetta, ma in cucina non sa la differenza fra olio e aceto. Lei è venezuelana e infatti nella lingua spagnola aceite vuol dire olio e vinagre vuol dire aceto... sarà un caso? Ho due bambini meravigliosi, Davide ed Eleonora, e ogni giorno combatto contro il junk food, alla fine vincerò io!

Dopo tanti anni nel settore enogastronomico la cosa che mi affascina ancora non è la degustazione di vino, ma conoscere le storie dei produttori senza troppi formalismi, magari ospite a casa loro, più che nella barricaia. Sono stato da poco in Friuli-Venezia Giulia in una cantina e dopo un picnic fra le vigne non mi aspettavo di concludere la serata con un Gin tonic! Più che l'analisi sensoriale, ricerco l'anima del produttore, che mi fa comprendere di più il vino nel bicchiere. A proposito di bicchiere, sapete che sono entrato nel *Guinness dei primati* per il calice di bollicine più grande del mondo (due metri di altezza)? Ammetto che la temperatura di servizio non era proprio il massimo...».

È la pizza Margherita la passione irrefrenabile di Nicola Prudente, in arte Tinto, conduttore televisivo e radiofonico. A destra, *Il collo della bottiglia, storie di vite* è il suo primo romanzo, e l'ultimo dei cinque libri che ha pubblicato nel corso della sua carriera.

Boomdabash

Una delle band di reggae italiano più note e amate, da quindici anni insieme. Il sound system degli anni Novanta è stato il loro pane quotidiano, sempre in crescita fino alla notorietà nel 2018 con l'album *Barracuda* e il singolo *Non ti dico no* con Loredana Bertè. Nel 2019 partecipano al Festival di Sanremo con *Per un milione* (quadruplo disco di platino) e poi realizzano una serie ininterrotta di successi (*Don't worry, Mambo salentino, Karaoke*) fino all'ultimo, *Mohicani* con Baby K.

«Spiagge, vino buono e olio ottimo, cultura altissima del cibo, famiglia, tradizione agricola, vita tranquilla e senza stress: il Salento è questo, riassunto in poche parole legate tra loro come il reggae con la Giamaica o il cacioricotta sulle orecchiette della domenica. Famiglia e cucina sono i cardini della vita: ogni ricorrenza diventa occasione per riunirsi a fare festa, anche se nelle famiglie molto numerose è difficile da organizzare. In verità, noi →

Boomdabash comunque ci proviamo, a radunare tutti attorno alla stessa tavola. D'estate, nella casa in campagna di Blazon, ogni anno organizziamo due giorni di grigliata.

Con la bella stagione siamo spesso lontano da casa, per portare la musica in giro per il Salento e l'Italia. Viviamo sulla strada, più di notte che di giorno. Però riusciamo sempre a ritagliarci due giorni liberi. Intorno a Ferragosto interrompiamo il tour e ci prendiamo una pausa. Allora torniamo dove è cominciata l'avventura dei Boomdabash, in quella casa nella campagna di ulivi dove abbiamo messo insieme il nostro primo studio di registrazione domestico, usando i soldi guadagnati con le serate in spiaggia. Organizziamo il giardino con le griglie e i tavoli e mettiamo la musica. Sono invitate le nostre famiglie e gli amici, più di cento persone. Accendiamo il fuoco e cuciniamo carne e pesce per tutti. È un rito, una tradizione. È il Salento. Qui non si muore di fame, mai. La terra è generosa. Allo stesso tempo, però, c'è un'attenzione altissima a non sprecare nulla e a valorizzare ogni ingrediente, nel suo periodo e nella sua stagione. D'estate le verdure sono protagoniste e diventano anche un tipico spuntino da spiaggia. Noi, in spiaggia, ci passavamo le giornate, portando gli djembé e le chitarre. E poi, vuoi che non avessimo con noi anche le borse frigo piene? Ciascuno portava la sua, poi si metteva in comune il cibo. Prima di uscire depredavamo la cucina di casa, e i bottini erano importanti. Soprattutto la domenica mattina, che è sacra. Non c'è momento migliore per passare dalla cucina, in una qualsiasi casa salentina, perché ci trovate loro, le polpette. Non mancano mai sulle tavole della domenica insieme alle orecchiette fatte in casa con le cime di rapa e agli straccetti di cavallo al sugo: i tre piatti che chi viene nel Salento deve assolutamente provare».

Sopra, una tajine di carne e verdure. Sotto, la collana della collezione Alveare, in argento e argento dorato, creata da Giovanni Raspini e ispirata all'affascinante mondo delle api.

«Pesci piccoli senza la lisca/Pesci piccoli quai intra la bisca/Troppi stannu quai sulla lista/Osce ordinu frittura mista»

DALLA CANZONE *BARRACUDA* DEI BOOMDABASH

Sopra, l'ultimo singolo dei Boomdabash con la cantante Baby K (già disco d'oro). In alto, da sinistra, Mr. Ketra, Payà, Blazon e Biggie Bash sulla copertina del libro *Salentu d'Amare*, DeAgostini, che hanno dedicato alle meraviglie della loro terra (orecchiette con cime di rapa in testa), da cui è tratto il racconto.

Giovanni Raspini

Aretino, laureato in Architettura a Firenze, antiquario e collezionista, Giovanni Raspini, classe 1950, ha progettato case, arredi e oggetti. Dal 1985 crea argenterie e gioielli nella sua azienda in Valdichiana, dove coordina un team di circa 120 persone. Fortemente legato al patrimonio artistico della sua terra, si è fatto promotore dell'istituzione del Laboratorio di Storia, Design e Tecnica dell'Oreficeria in collaborazione con l'Università di Siena. Nel corso degli anni, Giovanni Raspini ha realizzato le mostre/evento *Wild*, *Vanitas Mundi*, *Nautilus* e *Gioielli da una wunderkammer*, tutte dedicate a pezzi unici di gioielleria.

«Primavera del 1977. Sono da sei mesi in Arabia Saudita alle dipendenze di un'importante impresa italiana di costruzioni stradali. Il mio ufficio è a Riyad, ma il mio compito è quello di controllare e valutare i vari siti dove verranno fatte offerte per appalti: quindi ho una Toyota fuoristrada, un autista

FOTO AG. STOCKFOOD/LA CAMERA CHIARA, ARCH. LCI

locale e una cassa refrigerata di provviste. La mia zona di interesse è il Sud del Paese, vicino al confine con lo Yemen. Una zona montagnosa e impervia. In pratica, solo strade sterrate e polvere dappertutto. Due giorni per raggiungere il sito: posti dimenticati da Dio, ma che cieli, che tramonti...

Parlo di oltre quarantacinque anni fa, nei villaggi non c'era neanche l'energia elettrica. Eppure che cordialità. In più avevo il mio talismano: una lettera del nostro sponsor, lo sceicco Mohamed eccetera eccetera, fratello del re e dominus di quelle zone. Appena tiravo fuori la famosa lettera, tutte le porte si aprivano. Porte... in realtà c'erano solo tende beduine. Insomma, eccoci alla fine di una giornata di lavoro. Senza una stanza, una doccia, un letto o altro ci accingiamo ad aprire qualche scatoletta di tonno, una birra analcolica e a dormire sui sedili del fuoristrada. Improvvisamente si avvicina un abitante del villaggio e ci dice che il suo capo vuole che si ceni da lui, nella sua tenda. Ho già il tonno, i carciofini, due uova sode e il pancarré che mi sorridono, ma non posso rifiutare. Ibrahim e io ci avviciniamo alla tenda. Le donne sono invisibili e comunque velate. La tenda è grande, illuminata dal generatore, e siamo in sette o otto. Ci accoccoliamo sulle stuoie di plastica e si chiacchiera amabilmente, mentre fuori sento rumori di cucina e un odore molto deciso. Di fronte a ciascuno un piatto di plastica e stop. Dopo mezz'ora entrano due ragazzi con un enorme vassoio di ottone dove, sopra un letto di riso, giace una pecora (*kharouf*: agnello o pecora) cotta in qualche modo. È stata spellata, meno che la testa. Mi ricordo ancora i denti gialli e gli occhi semichiusi tra una peluria giallastra e nera. Ho poco più di venticinque anni, mangio tutto e dormo dappertutto, ma quel pecorone odora di grasso rancido e tutti si passano di mano in mano bocconi di riso e carne. L'unica cosa apparentemente mangiabile è il fegato, che odora di meno e non è sanguinolento. Cerco di non mostrare la mia ansia, perché so che il vero problema è in arrivo, e riguarda, udite udite, proprio l'occhio della pecora. Come ben intende ogni gourmet o antropologo del cibo, l'occhio è il boccone più prelibato, e spetta di diritto all'ospite d'onore. E infatti tutti mi guardano con orgoglio: quindi il boss inizia a scavare nel muso dell'animale per estrarre l'organo. È un lavoro difficile, l'occhio non esce: lui tira tira e io provo a schermirmi, a dire che è troppo per un giovane come me... Poi, wow! L'occhio viscido scivola dalla mano del "chirurgo" e con un tonfo va a finire nel piatto dell'*hagij*, il più anziano, che contentissimo se lo pappa in un boccone. Come spesso capita in Arabia, tutto si è risolto quasi per magia. È stata la cena più surreale della mia vita, ma oggi la ricordo con dolcezza e gratitudine. Quella era ospitalità vera, generosa, primigenia, profondamente sincera e genuina. In fondo alla Penisola arabica, fra montagne rosse e aspre, dove il deserto incontra le alture. Il cibo era così così, il profumo diciamo intenso, e l'occhio l'ho scansato per miracolo. Ma se ripenso ai buffet di alcuni villaggi vacanze, agli interminabili pranzi di nozze, o ancora agli insipidi piatti di certe pause pranzo, beh, farei subito a cambio. Bei tempi».

Isa Mazzocchi

Classe 1968, dopo il diploma di scuola alberghiera affina la sua esperienza a fianco dello chef Georges Cogny. Nel 1989 apre il ristorante La Palta, che in piacentino significa tabaccheria, gestito con la sorella Monica e il marito Roberto. Nel 2011 riceve la stella dalla Guida Michelin 2012, che tuttora mantiene, e nel 2021 vince il premio Michelin Chef Donna di Veuve Clicquot.

«La mia è una famiglia numerosa, soprattutto dalla parte di mamma: sette fratelli con al seguito i figli, ossia noi quindici cugini, tutti pressappoco della stessa età. Per me e mia sorella Monica era un'immensa gioia ritrovarsi nella nostra osteria o dagli zii per →

Sotto, un angolo del ristorante La Palta di Isa Mazzocchi, in località Bilegno, Borgonovo Val Tidone (PC). A sinistra, un bollito misto, piatto protagonista dei pranzi di famiglia della cuoca emiliana.

«Ogni famiglia partiva da casa con la migliore tovaglia ricamata a mano e le stoviglie, tutte provenienti dal corredo della sposa» ISA MAZZOCCHI

i pranzi delle grandi occasioni: cresime, comunioni e la commemorazione dei defunti erano il pretesto per estrarre dalle dispense salse, giardiniere e confetture, per poi "sfoggiarle" durante questi incontri. Ricordo l'estrema cura con cui venivano preparati. Ogni famiglia partiva da casa con la migliore tovaglia ricamata a mano, con le stoviglie e le posate, tutte provenienti dal corredo della sposa. All'epoca c'era nonna Alice che coordinava figlie e nuore per la preparazione dei piatti e l'allestimento della tavola. Era quella figura che oggi si chiamerebbe "event planner", ma che all'epoca senza telefono e internet riusciva a governare cucina e sala con rigore e metodo, mantenendo un clima gioioso e collaborativo.

Ogni pranzo seguiva una stagione e una ricorrenza, anche se nel menù alcune pietanze erano sempre presenti. Per esempio, per i defunti c'era l'abitudine di ritrovarsi nella nostra osteria per mangiare la minestra di ceci, gli zampini e le orecchie del maiale con la salsa.

Nelle altre ricorrenze invece la partenza era sempre inaugurata da immensi piatti di salumi nostrani, accompagnati dalle giardiniere casalinghe. A seguire i primi, tra cui gli immancabili anolini in brodo e le lasagne al forno, intervallati dai tortelli di ricotta ed erbette con la coda e dai panzerotti, che nel Piacentino sono sottili crespelle ripiene di ricotta e spinaci (o zucca), arrotolate, tagliate a cilindretto e gratinate in forno con la besciamella. Le cose che ricordo erano la presenza brulicante di belle signore attorno ai fornelli e quel momento magico in cui si sprigionavano profumi incredibili: il brodo, la pasta al forno e gli

«La musica ritmica dello sbattimento, ciac, ciac, ciac, ciac, scandiva il compiersi dell'incantamento... generando l'oro giallo nella ciotola» MARINA MARAZZA

arrosti. Questi ultimi erano i piatti che davano un aspetto "regale" alle nostre tavole. Il tacchino, l'anatra, la faraona e il vitello erano sempre accompagnati da una processione di contorni. E se rimaneva ancora un piccolo spazio, quello era riservato al gran bollito: cappone, manzo, salame cotto e testina con la mostarda di frutta, la salsa verde al prezzemolo, quella rossa al pomodoro e ai peperoni. E qui partiva la prima disputa su quale fosse la più buona, quella con la giusta acidità e dolcezza. Non solo le salse erano argomento di discussione, ma anche il formaggio, perché i miei zii allevavano mucche da latte e producevano il loro grana, ognuno il "migliore".

Noi quindici cugini, sotto al tavolo, ci godevamo questo spettacolo degno di una pièce teatrale. Gran finale con i dolci, creazioni monumentali, orgoglio di ogni famiglia. Ricordo il semifreddo della zia Aurelia, un dolce a strati con pasta frolla, zabaione, crema al cioccolato e crema pasticciera, un concentrato di calorie e bontà. E poi il dolce di zia Cristina, con panna, amaretti e cioccolato grattugiato, le crostate, le ciambellone da intingere nella Malvasia dolce e la charlotte con le pere al vino rosso, uno dei miei dessert preferiti, la cui ricetta venne ereditata da mia mamma da una nobildonna piacentina. Oggi queste riunioni di famiglia non avvengono più, però cerco di riportare a casa mia un assaggio di quell'atmosfera preparando dei piatti il cui sapore, nonostante siano trascorsi decenni, riesce ancora a scaldarci il cuore».

Marina Migliavacca Marazza

Scrittrice milanese, finalista al Premio Bancarella, ha la capacità di far rivivere le vicende di personaggi dimenticati dalla Storia. L'ultimo suo titolo in libreria è *La moglie di Dante*, pubblicato da Solferino, in cui ricostruisce la figura di Gemma Donati, la donna più importante nella vita del Sommo Poeta.

«Le vacanze estive le passavo con la nonna Angelina in un paesino sul lago. Con lei io ci stavo benone. Era stata in collegio dalle suore fino ai diciotto anni, era una che "aveva studiato". E doveva avere un certo tocco

Sopra, la copertina di *La moglie di Dante*, l'ultimo libro di Marina Marazza. La maionese fatta in casa è il magico ricordo culinario della scrittrice.

FOTO ARCH. LCI

pedagogico, perché mi aveva insegnato a leggere e a scrivere en souplesse, a poco più di tre anni.

Era una maestra di ricamo capace di capolavori con ago e filo. Sapeva cucinare (molto bene) poche cose, e quelle preparazioni erano un rito. Il suo piatto forte era sempre lo stesso: il brasato rosso, col cui sugo si condiva la pasta fatta in casa, messo in tavola con una maionese battuta a mano, gialla e densa. Nessuno si sognava di protestare per la ripetitività del menù, anzi.

Per me bambina la cosa più magica era la preparazione della maionese. Prima il gioco di destrezza per spezzare il guscio e liberare il bel tuorlo tondo e giallissimo da tutto l'albume fino all'ultimo goccio senza romperlo, farlo cadere ancora intatto nella ciotolina e cominciare a far scendere il filo d'olio, attaccando a lavorarlo con una forchetta d'argento scompagnata, ma bellissima, con una specie di stemma nobiliare sul manico, snella e leggera. Un movimento fluido sempre nello stesso senso, guai a cambiare, e l'aggiunta finale del limone q.b., delicatissima.

Mescolando mescolando, il rosso d'uovo e l'olio e il limone, in origine separati, diventavano una emulsione stabile, perfetta, profumata. Usando quella forchettina, la maionese non impazziva mai, il tuorlo docile legava le sue molecole tensioattive all'olio, generando la densa crema di artusiana memoria. La musica ritmica dello sbattimento, ciac, ciac, ciac, ciac, scandiva il compiersi dell'incantamento davanti ai miei occhi spalancati generando l'oro giallo nella ciotola in tavola come una alchemica pietra filosofale. E qualche anno dopo, al superamento dell'esame di quinta elementare, ebbi anch'io la mia forchettina magica: era una stilografica col pennino d'argento. La nonna lo aveva capito che non avrei avuto le sue mani d'oro per il ricamo in bianco e nemmeno avrei confezionato profumate maionesi: il mio talento era la scrittura.

Il pennino d'argento della nonna mi ha aiutata a non far impazzire le parole, a non avere mai la sindrome del foglio bianco, a ricordare che le cose si ottengono con la ricerca, col metodo, l'esperienza, l'amore.

Che in fondo era l'ingrediente chiave della "maionese Angelina", uno di quelli che non si listano nelle ricette, ma che se mancano fanno la differenza, come quando si scrive».

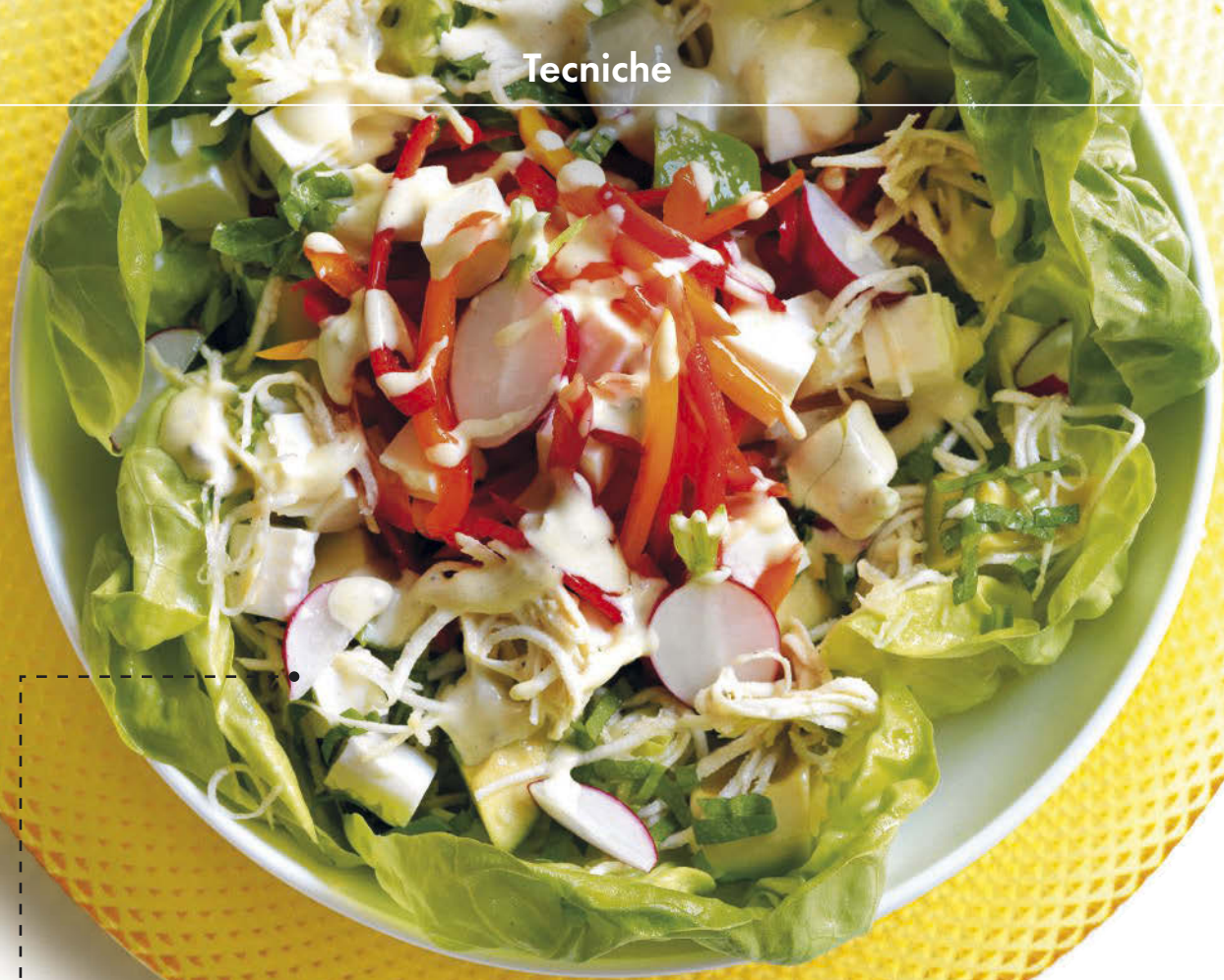
Damiano Carrara ha al suo attivo due libri in America, *Dolce Italia* e *A Taste of Italy*, e l'autobiografia *Nella vita tutto è possibile*, HarperCollins Italia. A settembre 2020 è uscito il suo primo libro di ricette in Italia *Un po' più dolce*, Cairo Editore. A destra, i porcini: raccolti nei boschi intorno a Pianaccio, sull'Appennino emiliano, sono un classico dei pranzi della famiglia Carrara.

Damiano Carrara

Classe 1985, è nato a Lucca, e qui ha mosso i primi passi come bartender, prima di trasferirsi in Irlanda. Nel 2012 si è spostato in California, e con suo fratello Massimiliano ha aperto due pasticcerie: Carrara Pastries. Il successo gli ha subito sorriso e la notorietà è arrivata con la tv, dove è diventato una stella di Food Network America. Attualmente lavora all'apertura del suo primo atelier di pasticceria in Italia, prevista per l'autunno.

«Il cibo e la cucina sono stati fondamentali per me: hanno dato vita alla mia dolce professione e proprio al cibo sono legati quei momenti che, ancora oggi, mi scaldano il cuore. Sono sempre stato ghiotto, in particolare del ragù del mio babbo: quando da piccino rientrando a casa dopo un pomeriggio di scorribande ne sentivo il profumo, mi catapultavo in cucina alla ricerca del pentolone, puntualmente nascosto. Mia nonna Liliana diceva che ero un mangione e confesso che fermarsi di fronte al ragù era (ed è) quasi impossibile.

Se penso ai pranzi in famiglia più belli non posso non citare quelli nella casa a Pianaccio, un paesino in provincia di Bologna, dove ci si ritrova tutti insieme. Avete presente quelle giornate in cui sai quando inizi a mangiare e cucinare, ma non quando finisci, in cui non guardi l'orologio né il telefono perché il tempo si dilata e il senso di pace pervade ogni cosa? Ecco, ogni volta che torno lì vivo questa sensazione.

Un paio di anni fa c'è stata una giornata memorabile. Era un periodo molto intenso e raggiunsi la mia famiglia a Pianaccio per staccare un po'. Decidemmo di andar per funghi e tornammo con un bottino ricchissimo. Iniziammo subito a cucinare un classico di casa, i funghi impanati, con farina di mais e nepitella, e fritti: croccanti, profumati, da mangiare non stop. Poi c'erano la panzanella con i pomodori e la cipolla dell'orto, e il formaggio di un pastore della zona con la confettura di mirtilli selvatici di nonna Rosita. A conclusione i "tordelli" lucchesi. Come forse saprete questi tordelli (non tortelli, attenzione, il lucchese qui è d'obbligo) sono ripieni di carne, mortadella, bietola lessata e parmigiano e sono conditi proprio con il ragù che tanto adoro. E indovinate? Dopo più di trent'anni ancora non ho scoperto dove mio babbo lo nasconde...». ■

4 SALSE
PER 4 INSALATE

ALL'UOVO
Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Vegetariana

Che cosa serve per 4-6 persone:
90 g olio di girasole – 15 g capperi dissalati
15 g Grana Padano Dop grattugiato – salsa Worcestershire
1 uovo – ½ spicchio di aglio – succo di ½ limone
senape alla curcuma – sale – pepe

Unite nel bicchiere del frullatore a immersione l'uovo, 2 cucchiaini di senape, l'aglio, 2 cucchiaini di salsa Worcestershire, il succo di limone, sale, pepe e iniziate a frullare. Unite l'olio a filo continuando a frullare come si fa per la maionese. Infine aggiungete i capperi e il grana.
IL CONSIGLIO Potete sostituire l'uovo crudo con 2 tuorli sodi: otterrete una salsa cremosa, ma un po' meno liscia. Con l'uovo crudo si conserva in frigorifero in un contenitore a chiusura ermetica per 1 giorno, con il tuorlo sodo per 2 giorni.

IDEALE PER UN'INSALATA PREPARATA CON:
300 g sedano rapa grattugiato
200 g formaggio primo sale – 200 g peperoni dolci
8-10 ravanelli – 1 lattuga piccola – 1 avocado a dadini
1 mazzo di cicorino da taglio

Condire è un'arte. Con erbe e aromi, yogurt, uova, ecco come rendere uniche e più gustose le crudità di stagione

ricette JOËLLE NÉDERLANTS, testi ANGELA ODONE
foto RICCARDO LETTIERI, styling BEATRICE PRADA

CON GORGONZOLA

Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Vegetariana senza glutine

Che cosa serve per 4 persone:
100 g gorgonzola piccante – 40 g anacardi
30 g aceto di vino rosso
30 g olio extravergine di oliva
3 rametti di finocchietto
sale – pepe nero

Raccogliete nel bicchiere del frullatore a immersione il gorgonzola a tocchetti, 70 g di acqua, gli anacardi, l'aceto, l'olio, sale, pepe e le foglioline del finocchietto. Frullate fino a ottenere una salsa liscia e cremosa.
IL CONSIGLIO Se sceglieste il gorgonzola dolce al posto di quello piccante, aggiungete l'acqua un poco alla volta mentre frullate: probabilmente ne servirà di meno. La salsa si conserva per 2 giorni in frigo in un contenitore ermetico.

IDEALE PER UN'INSALATA PREPARATA CON:
180 g zucchine trombetta piccole a fettine sottili
150 g finocchio a fettine sottili
100 g soncino pulito 4 fichi neri a spicchi
1 cespo medio di insalata Lollo pulita
½ cespo di insalata Riccia pulita

ESOTICA
Impegno Facile
Tempo 20 minuti
Senza glutine

Che cosa serve per 4 persone:
40 g olio extravergine di oliva – 20 g olio di sesamo
15 g zenzero fresco a fettine – 15 g zucchero
2 cucchiai di sesamo bianco – 1 lime
1 peperoncino fresco – 1 cucchiaio di aceto di riso
1 spicchio di aglio
coriandolo fresco – sale

Versate in una ciotola il succo del lime, l'aceto di riso, lo zucchero e un pizzico di sale, poi aggiungete il peperoncino a rondelle, lo zenzero a fettine o grattugiato, l'aglio, il sesamo e il coriandolo tritato. Incorporate gli oli mescolando con una forchetta. Se preferite un sapore più delicato, togliete lo spicchio di aglio prima di servire, così profumerà senza essere troppo invadente.
IL CONSIGLIO Per arricchire e rendere più cremosa la salsa aggiungete 50 g di mango mentre frullate.

IDEALE PER UN'INSALATA PREPARATA CON:
350 g lattuga Iceberg – 250 g 4 piccoli tranci di salmone affumicato e speziato (oppure trota affumicata)
150 g polpa di mango a dadini – 100 g edamame già lessati (fagioli di soia, si trovano al supermercato)
80 g rucola – 60 g spinaci novelli

ALLO YOGURT

Impegno Facile
Tempo 20 minuti

Che cosa serve per 4 persone:
150 g yogurt intero – 100 g maionese
8 g miele di acacia
1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
2 cucchiai di aceto di mele
prezzemolo – erba cipollina
pepe misto – sale

Mescolate in una ciotola tutti gli ingredienti, tranne le erbe aromatiche. Aggiustate di sale e insaporite con una macinata di pepe misto. Completate con un trito fine di prezzemolo e di erba cipollina.
IL CONSIGLIO Sostituendo lo yogurt intero con quello greco otterrete una salsa più cremosa, da spalmare sui crostini per l'aperitivo.

IDEALE PER UN'INSALATA PREPARATA CON:
320 g polpa sfilacciata di pollo arrosto
125 g fagioli rossi lessati
200 g cetrioli – 100 g mirtilli
1 cespo lattuga Romana
1 lattuga Salanova – ½ cespo di lattuga Pan di zucchero

FIOR DI CAPPERI

Raccolti a mano, maturati nel sale marino: ecco il segreto dei boccioli migliori. Un sapore antico, che dalla terra arriva fino alle stelle...

di SARA TIENI

4

Sapidi, aromatici, crescono solo dove la terra è baciata ardentemente dal sole, i capperi. La loro prima menzione gastronomica se la aggiudica niente meno che la Bibbia. Ma è Nicolo de' Nicolai, cameriere e geografo del Re di Francia, che intorno alla metà del XVI secolo porta agli onori della cronaca quelli di Panthalarea (antico nome di Pantelleria) «dove fa gran copia di cottone e capperi, fichi, melloni e buona uva...». Oggi il 78% dei capperi pregiati nostrani si coltivano su quest'isola (2000 quintali l'anno, per un prodotto che si fregia dal 2010 del marchio Igp) e a Salina (circa 400 quintali l'anno, Presidio Slow Food dal 2020). A raccontarcelo è Rosario Cappadona, uno dei 250 coltivatori della Cooperativa Agricola Produttori capperi (*capperipantelleria.com*). Qui la pianta del *Capparis spinosa* è stata selezionata fin dall'Ottocento per ottenere la varietà Inermis, cultivar Nocellara, caratterizzata «da mancanza di spine, un bottone fiorale piccolo, compatto perché pieno di stami, che la rende più pregiata oltre che più docile alla raccolta».

Una volta avviata la coltivazione, i capperi ricevono le stesse cure riservate alla vite: « Il terreno viene lavorato e concimato in inverno e le piante potate. Si raccoglie all'alba, da metà maggio a fine settembre. Poi, a fine giornata, si depongono i boccioli in appositi tini a maturare lentamente, in salamoia, con procedimenti tramandati di padre in figlio. La chiave è il sale marino che fa sprigionare loro la caratteristica fragranza». ■

2

10 IMPERDIBILI INDIRIZZI

La nostra guida ai produttori italiani tra classici e novità

Tranne il fiore, che appassisce appena colto, del cappero si usa tutto: foglie, frutti, i cosiddetti cucunci o cetrioli di cappero, come li chiamano in Sicilia, e boccioli. Dalla stessa pianta si rimuovono a mano e in contemporanea i boccioli piccoli, medi e grandi: a parità di caratteristiche organolettiche, quelli piccoli sono più pregiati per le loro caratteristiche estetiche. Sotto sale, si conservano per tre anni: prima di utilizzarli vanno sciacquati per qualche minuto in acqua corrente.

1. Agricola Gianflora
PANTELLERIA (TP)
L'azienda, che comprende anche vigneto e frutteto e la coltivazione di erbe aromatiche, è celebre per i suoi pesti di capperi (classico, alla Pantesca e con aggiunta di pomodorini secchi). Tra le rarità anche i semi di cappero salati, una specie di versione locale del gomasio. *agricolagianflora.it*

2. Azienda agricola Emanuela Bonomo
PANTELLERIA (TP)
Fa agricoltura biologica Emanuela, subentrata alla gestione paterna. Capperi di Pantelleria Igp di tre calibri diversi, polvere di cucunci da una produttrice conosciuta anche per il suo origano e per la frutta. *aziendabonomopantelleria.it*

3. Konza Kiffi
PANTELLERIA (TP)
Una bella realtà familiare nata dalla passione per la cucina e le ricette locali di Rosalba e del marito Battista con i figli Giancarlo e Christian (oggi affermati cuochi). Il nome Konza Kiffi in dialetto locale significa «condire con gusto». Tra le specialità, la polvere di capperi disidratati. *konzakiffi.com*

4. La Nicchia
PANTELLERIA (TP)
Da questa azienda biologica, fondata sull'isola nel 1949, arriva una storia di grande innovazione. Riguarda la particolare granella di cucunci e i capperi «spaziali»: liofilizzati, sono usati anche dagli astronauti in missione. Da visitare il nuovissimo museo del cappero, il primo al mondo, allestito in un dammuso. *lanicchia.com*

5. Azienda agricola Caravaglio
MALFA, ISOLA DI SALINA (ME)
Raccolti all'alba, dalle 4.30, e dopo le 17.30, i capperi vengono messi sotto sale solo in tarda sera, quando «perdono il calore». L'azienda, apprezzata per i suoi vini, li propone anche in olio extravergine aromatizzato con erbe locali. *caravaglio.it*

6. Azienda agrituristica Al Cappero
MALFA, ISOLA DI SALINA (ME)
Storica azienda familiare, situata in una località sorta su un fertilissimo cratere vulcanico per metà sprofondato nel mare. I capperi vengono proposti anche sott'olio o in un delizioso pesto. *Tel. 090 9843968, info@alcappero.it*

Capperi, cucunci e foglie (ottime in insalate, salse e sughi) si conservano, secondo il procedimento artigianale, sotto sale e sott'olio; qualcuno ha osato anche i mini capperi in versione candita. La raccolta, solo manuale, è molto impegnativa, anche per la «domestica» cultivar Nocellara (in alto, a destra).

7. Azienda agricola Daniela Virgona
MALFA, ISOLA DI SALINA (ME)
Sono un Presidio Slow Food, della varietà tondina, dai boccioli più sodi e pesanti, i capperi di questa azienda conosciuta per la sua Malvasia. *malvasiadellelipari.it*

8. Gaetano Marchetta
MALFA, ISOLA DI SALINA (ME)
Premiato per i suoi vini, produce anche, in piccolo, capperi di Salina Presidio Slow Food e cucunci sott'olio che sono una piccola poesia. *Tel. 090 9844048, gaetano@vinidisalina.it*

9. Sapori Eoliani
MALFA, ISOLA DI SALINA (ME)
Varietà Nocellara riprodotta per talea (un metodo tradizionale e quasi scomparso) per questi capperi coltivati dalla famiglia De Lorenzo, in una riserva naturale. *saporieolianisalina.it*

10. I Contadini
FELLINE-TORRE SAN GIOVANNI, UGENTO (LE)
Dal Salento, vicino a Racale, sono capperi lavorati all'antica: lavati, depicciolati e maturati sotto sale per 3-4 mesi. Asciugati dall'acqua, vengono poi miscelati con sale marino delle saline di Margherita di Savoia. Ne parliamo anche a pag. 83. *icontadini.it*

FOTO **FABRIZIO CICCONI**

CHIARE, FRESCHE DOLCI ACQUE

Trote, persici, salmerini meritano un posto di primo piano in cucina: se ben scelti, rivaleggiano in delicatezza con i migliori pesci di mare di GABRIELE ZANATTA

Il pesce d'acqua dolce non è più il cugino pallido di quello che nuota nel mare. Negli ultimi anni le conoscenze di acquacoltura sono cresciute a tal punto che le specie di fiumi, laghi e torrenti hanno acquisito delicatezze ed eleganze un tempo inimmaginabili. E poi, sono pesci che viaggiano meno e perciò in genere più sostenibili dei parenti blasonati. Perché, allora, quest'agosto non vi cimentate con una zuppa di persici, lavarelli, trote di lago o salmerini? Il gioco è quello di chiedere ai commensali di indovinare le specie servite. Scommettete che, a fine assaggio, quasi tutti elencheranno solo esemplari di acqua salata? Naturalmente, occorre scegliere bene anche tutti gli altri ingredienti. Devono essere selezionati da produttori che tengono sotto controllo tutta la filiera. Dalla A alla Z. ■

RICETTA JOËLLE NÉDERLANTS, FOTO RICCARDO LETTIERI, AG. GETTY, STYLING BEATRICE PRADA

ZUPPA DI LAGO

Impegno Medio **Tempo** 45 minuti **INGREDIENTI PER 4 PERSONE**

800 g filetti di salmerino, persico, trota salmonata, trota iridea

4 carote, 2 gambi di sedano, 1 porro piccolo, ½ finocchio, ½ cipolla, aneto, erba cipollina

aceto di miele

150 g panna fresca

CATENE PRODUTTIVE VIRTUOSE

1. Rispetto rigido dei cicli di natura, dei periodi di riproduzione della specie e del fermo pesca.
2. Lavorazione immediata e in loco del pescato.
3. Conservazione delle uova dei pesci pescati e reimmissione degli avannotti nel lago.
4. Acquisto diretto a Solcio oppure consegna quotidiana al mercato ittico di Milano, con mezzi refrigerati.

Attiva da oltre quattro decenni in un piccolo borgo sulla sponda piemontese del Lago Maggiore, la **Cooperativa Pescatori del Golfo di Solcio**, nel Comune di Lesa, è specializzata nella pesca, nella preparazione e nella valorizzazione delle migliori specie lacustri: salmerini, persici, luccioperca, trote iridee...

1. Ricerca e scambio di semi di ortaggi ed erbe con produttori di tutta Europa.
2. Coltivazioni in piccole quantità e in regime interamente biologico.
3. No a manipolazioni genetiche, monocolture e coltivazioni intensive.
4. Orti accanto a piccoli allevamenti di zebù, asini, capre e tacchini selvatici, preziosi per la conservazione degli ecosistemi.

Harald Gasser e Petra Ottavi gestiscono da oltre un decennio in Valle Isarco, in Alto Adige, il **Maso Aspinger**, pochi ettari che custodiscono oltre 420 varietà di ortaggi, erbe spontanee e fiori eduli, spesso rari o dimenticati. Sono attentissimi alla creazione e preservazione della biodiversità e alla permacultura, con la semina di tante varietà in disuso. Per esempio, le cipolle coltivate sono cinque: Gialla di Zittau, Sangue di Braunschweig, Tropea, Bisontico di Stoccarda e Cipolla selvatica.

1. Prima fermentazione anaerobica/alcolica del miele che dà vita all'idromele.
2. Seconda fermentazione aerobica che trasforma l'alcol in acido acetico.
3. Idromele lasciato sostare in carati di rovere.
4. Acetificazione condotta solo sulla superficie, in ambiente riscaldato e indirettamente la materia prima.

Mieli Thun, a Vigo di Ton in Trentino, è il prodotto del genio dell'indimenticato Andrea Paternoster, «nomade del miele», il signore che, primo in Italia, ha declinato il genere al plurale «perché», amava dire, «la natura ci ha regalato infinite possibilità». Prodotto in poche centinaia di litri, l'aceto di miele nasce da due soli ingredienti, il nettare delle api e l'acqua di fonte alpina. È prodotto secondo il metodo statico-superficiale, il più antico che esista.

1. Panna prodotta da Inalpi, in Piemonte, con tracciabilità precisa delle stalle, del cibo e della qualità di vita delle vacche.
2. La panna grezza viene pastorizzata artigianalmente da Pandì a Galgagnano, nel Lodigiano; ha un tenore di grasso del 38%, e una velocità di montatura e una stabilità, una volta montata, molto superiore rispetto alle altre panne.
3. Ha una durata su scaffale di circa 15 giorni (contro i 10 della media).

Marco Vaghi è uno dei più grandi conoscitori, affinatori e distributori dei formaggi del Nord Italia. Il suo negozio a San Genesio (Pavia) è uno scrigno di tesori. Distribuisce la panna Pandì, dal gusto molto pieno e intenso.

2 tuorli
vino bianco
burro
sale – pepe

Tritate 1 carota, ½ gambo di sedano, un pezzetto di porro e uno di finocchio; fate appassire tutto in casseruola con 20 g di burro; sfumate poi con ½ bicchiere di vino bianco, aggiungete 700 g di acqua e fate sobbollire per 10 minuti. Unite quindi il resto delle verdure ridotte a tocchetti o a bastoncini; dopo 3 minuti di cottura, aggiungete il pesce, in piccoli tranci.
Cuocete tutto insieme per 2 minuti ancora. Scolate il pesce e le verdure con una schiumarola. Mescolate la panna con i tuorli, 2 cucchiaini di aceto di miele, sale e pepe; versate nel brodo, mescolando fino al bollore, quindi spegnete il fuoco e aggiungete aneto ed erba cipollina. Distribuite pesci e verdure nei piatti, completate con il brodo e servite con pane di segale.

CHE BELLE DEGUSTAZIONI

A palazzo sovrastati da volte affrescate, in parchi degni di un re, persi tra opere contemporanee. Un viaggio nelle cantine italiane dove il vino nasce tra tesori d'arte (con i consigli delle bottiglie più amate dagli enoturisti)

di **VALENTINA VERCELLI**

Berlucchi

CORTE FRANCA (BS)

Quest'anno si festeggiano i sessant'anni della creazione del primo Franciacorta, che nacque nel 1961 proprio da Berlucchi. È il momento giusto per visitare le cantine storiche, dove è ancora custodita una bottiglia dell'epoca, e il cinquecentesco Palazzo Lana, con preziosi arredi e splendidi affreschi. Tra le visite con degustazione, la più coinvolgente è senz'altro Venerdì a palazzo: tour guidato e poi aperitivo rinforzato al tramonto nel giardino di Palazzo Lana, con musica dal vivo e l'assaggio di due Franciacorta.
berlucchi.it

IL VINO
Franciacorta Satèn '61
Cremoso e fruttato, sceglietelo per un aperitivo con tartine al prosciutto di Parma.
20,50 euro

IL VINO
Trebbiano d'Abruzzo 2018 Castello di Semivicoli
Iodato, con aromi di mela e albicocca. Con grigliata di pesce dell'Adriatico.
22 euro

Castello di Semivicoli

CASACANDITELLA (CH)

Sulle colline Teatine, a metà strada tra l'Adriatico e la Maiella, nel wine resort della famiglia Masciarelli le architetture secentesche fanno da sfondo alle opere d'arte contemporanea collezionate da Marina Cvetic. Durante l'estate sono organizzati eventi a tema: il 10 agosto c'è Astronomitaly, che prevede l'osservazione delle stelle nella notte di San Lorenzo con guide specializzate che sveleranno i segreti del cosmo, musica dal vivo e picnic bag con prodotti locali e i vini della cantina. Il 27 agosto è la volta della Serata Rosé in piscina, in omaggio all'ottimo Cerasuolo della casa. ***masciarelli.it***

IL VINO
Alto Adige Valle Isarco Kerner Praepositus 2019
Bianco aromatico e sapido, e profuma di frutta. Sta bene con lo speck.
12 euro

Abbazia di Novacella

VARNA (BZ)

Il complesso monastico, fondato nel 1142, da solo vale la visita, soprattutto ora che il museo è stato arricchito con due nuove sale che illustrano la storia delle attività economiche e didattiche di Novacella, e che nel «gabinetto cinese» sono state riportate alla luce pitture risalenti al 1775. Gli appassionati di vino possono visitare anche cantina e vigneti, prima della degustazione. Vale la pena di fare un salto nell'enoteca, dove sono in vendita tutte le etichette del monastero insieme ad altri prodotti tipici di produzione propria.
kloster-neustift.it

Fontanafredda

SERRALUNGA D'ALBA (CN)

Vittorio Emanuele II comprò la tenuta nel 1858 per il suo grande amore, Rosa Vercellana. La rivista americana *Wine Enthusiast* l'ha eletta Migliore cantina europea dell'anno. Oltre agli assaggi dei Barolo e degli altri vini di Langa, a Fontanafredda si viene per il Villaggio Narrante, una riserva bionaturale di 120 ettari con boschi, noccioleti, vigneti, oltre 40.000 varietà di piante e le vecchie abitazioni del borgo; il ristorante stellato Guido; l'osteria; l'hotel diffuso, per vivere da vicino il territorio delle Langhe, Patrimonio dell'Umanità Unesco. ***fontanafredda.it***

IL VINO
Alta Langa Blanc de Blancs
Fragrante Chardonnay Metodo Classico. Con uovo in camicia, parmigiano e tartufo nero. **22,50 euro**

FOTO **MATTIA PAGANI, ANDREAS TAUBER, AG. GETTY IMAGES**

IL VINO
San Leonardo 2016
A base di Cabernet sauvignon, Carménère e Merlot, è un rosso aristocratico. Con cervo e polenta.
77 euro

IL VINO
Amarone della Valpolicella Classico
Elegante icona del territorio, profuma di ciliegie e spezie. Con carni rosse.
99 euro

Tenuta San Leonardo

AVIO (TN)

Più di mille anni fa era un monastero, da tre secoli è la residenza dei marchesi Guerrieri Gonzaga e culla di uno dei grandi rossi italiani, il San Leonardo. La visita parte dal vecchio borgo, passa tra i vigneti circondati dai boschi, tocca curati giardini, come quello della padronale Villa Gresti, costruita a fine Ottocento in stile Liberty. Si prosegue verso l'orto monastico, con la collezione di rose e di erbe officinali, e si arriva al piccolo museo della civiltà contadina con una collezione di trattori storici. La degustazione si tiene nell'ex refettorio del monastero. ***sanleonardo.it***

Bertani

GREZZANA (VR)

Innamorato della Borgogna, Gaetano Bertani impara a fare vino in Francia, dal professor Guyot (quello che ha dato il nome a un sistema di allevamento della vite), per poi tornare in patria e rivoluzionare la viticoltura della Valpolicella: i vini dell'azienda nel 1923 ottengono il brevetto della Real Casa, mentre nel 1958 la cantina mette in vendita la prima annata di Amarone. Durante la visita, si passa anche dalla «libreria» che custodisce oltre 200.000 bottiglie di Amarone, compresa la prima annata, per un valore di oltre 20 milioni di euro, e da un museo con gli attrezzi di vinificazione di un tempo. ***bertani.net***

IL VINO
Metodo Classico 1865 2014
Nel 1865 Vistarino produsse il primo Metodo Classico d'Italia da Pinot Nero. Con risotto alle erbe.
30 euro

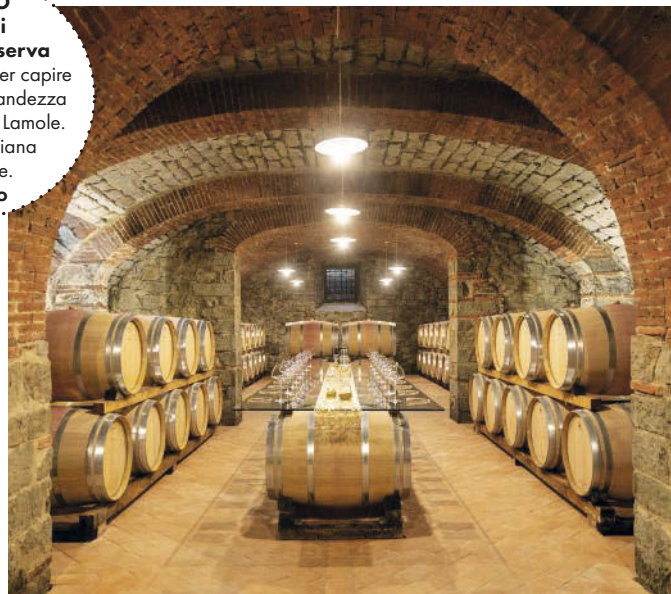
Conte Vistarino

ROCCA DE' GIORGI (PV)

La cantina del 1904 è stata appena ristrutturata. Oltre ai locali di vinificazione si visitano lo spazio dedicato alle bottiglie storiche e il museo con cimeli agricoli, foto e documenti dei conti Vistarino, che tutt'oggi abitano l'adiacente Villa Fornace, aperta su appuntamento per ammirarne le architetture settecentesche, i mobili originali e il parco disegnato dall'architetto del re Umberto I. Da non perdere il nuovo aperi-bike, un giro alla scoperta dell'immensa tenuta a bordo di bici elettriche dotate di una cassetta con prelibatezze dell'Oltrepò da accompagnare con una bottiglia di Pinot Nero. ***contevistarino.it***

FOTO AG. GETTY IMAGES

IL VINO
Ribolla Gialla
L'azienda la produce dall'inizio del Novecento. Dà un bianco fragrante e morbido che sta bene con l'insalata di mare.
17,50 euro

IL VINO
Chianti Classico Riserva 2017 Austero. Per capire al meglio la grandezza del territorio di Lamole. Con rosticciana di maiale.
28 euro

Rocca Bernarda

PREMARIACCO (UD)

È una residenza signorile fortificata risalente al 1567, che ruota intorno a un giardino all'italiana ed è circondata da un parco di alberi secolari, con un cipresso dichiarato monumento storico. Tutt'intorno i vigneti, con le varietà autoctone tipiche della zona, compreso il prezioso picolit, che il conte Gaetano Perusini, il vecchio proprietario di Rocca Bernarda, ha salvato dall'oblio. Oggi la struttura appartiene al Sovrano Militare Ordine di Malta e le visite guidate consentono di scoprirne la storia, le splendide sale della villa e la cantina storica. Le degustazioni possono comprendere anche l'assaggio di salumi e formaggi locali. ***sagrivit.it***

Possessioni Serego Alighieri

SANT'AMBROGIO DI VALPOLLICELLA (VR)

Il 23 aprile 1353 Pietro Alighieri, figlio di Dante, acquistava terreni nel cuore della Valpolicella Classica. Dopo 668 anni i suoi discendenti coltivano gli stessi luoghi e abitano nella splendida villa adiacente la foresteria, affacciata sulla corte dove un tempo veniva essiccato il grano (si può pernottare nei graziosi appartamenti). Il tour comprende una passeggiata nel giardino e nei vigneti e la visita alla storica cantina di affinamento; volendo, si prosegue alla vicina azienda Masi per vedere i locali per l'appassimento delle uve e le cantine sotterranee, tra le più ampie d'Italia.
seregoalighieri.it masi.it

Lamole di Lamole

GREVE IN CHIANTI (FI)

Che qui il vino venisse speciale l'avevano capito già i Romani, che costruirono i terrazzamenti dove ancora oggi sono coltivati viti e ulivi. Al centro della visita, la cantina trecentesca con la vinsantaia e quella moderna, il vigneto impiantato alla fine della guerra e quello sperimentale. I percorsi di degustazione sono vari e comprendono opzioni sia per chi si avvicina per la prima volta al Chianti Classico sia per chi desidera approfondire la conoscenza di Lamole, con passeggiate nel borgo o tour in fuoristrada. Al ristorante Vitique l'esperienza diventa anche gastronomica. ***lamole.com***

IL VINO
Valpolicella Classico Superiore MontePiazzo 2017
Affinato in fusti di ciliegio, profuma di marasca e spezie. Con l'arrosto.
22 euro

IL VINO Marsala Sup. Semisecco Riserva Targa Servito sui 10 °C è aperitivo, sui 18 °C va bene a fine pasto, con erborinati e frutta secca. **16 euro**

IL VINO Spergola T.E.R.S. Figlio dell'omonimo antico vitigno locale, è un bianco macerato, speziato e agrumato. Con il vitello tonnato. **20 euro**

Venturini Baldini

QUATTRO CASTELLA (RE)

Anche se la villa cinquecentesca è in fase di restauro (da alcune finestre si possono sbirciare i restauratori all'opera), sono aperti il giardino all'italiana con statue ottocentesche e la terrazza. Si visita anche l'acetaia, una delle più antiche della provincia, con possibilità di degustazione degli aceti, e i vigneti, a bordo di fuoristrada. Per chi preferisce passeggiare ci sono una ventina di percorsi del Cai. Oltre alle degustazioni dei vini, Mercoledì Rosé prevede un aperitivo con musica, venerdì c'è l'Apericena e domenica Pizza & bollicine. ***venturinibaldini.it***

Florio

MARSALA (TP)

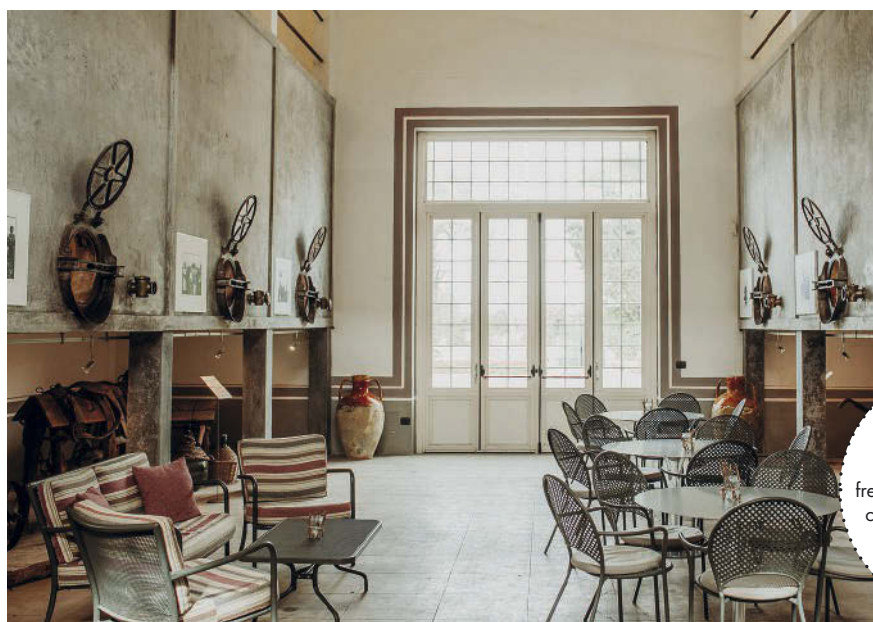
Il successo dei romanzi di Stefania Auci dedicati alla saga dei Florio (il secondo volume, *L'inverno dei Leoni*, è appena stato pubblicato) è una buona scusa per la visita della suggestiva cantina, costruita nel 1833, dove ci sono ancora i tini giganteschi di fine Ottocento per l'affinamento del vino. Tante le possibilità di degustazione, compresa quella che prevede anche l'assaggio di Marsala spillato direttamente dalle botti. ***duca.it***

Castello Monaci

SALICE SALENTINO (LE)

Nel cuore del Salento, Castello Monaci risale alla prima metà del XVI secolo e fu costruito da monaci francesi come fortificazione. Circondato da vigneti e oliveti, che si possono esplorare in bici o a bordo di piccole auto elettriche, comprende anche un museo del vino, un museo delle carrozze e un frantoio ipogeo, visitabili insieme ad alcune sale del maniero. Tanti i wine tour organizzati, tra i quali Artas, che comprende anche il pranzo o la cena a base di ricette tipiche locali. ***gruppoitalianovini.it***

IL VINO Kreos Negroamaro rosato del Salento, goloso e fresco. Con le orecchiette con polpettine, vellutata di pomodoro e cacioricotta. **9,50 euro**

FOTO AG. GETTY IMAGES

IL VINO
Modus
2017 Compie venti vendemmie il rosso più internazionale di Ruffino, a base di sangiovese, cabernet e merlot. Con la fiorentina.
28 euro

Poggio Casciano

BAGNO A RIPOLI (FI)

Sulle colline del Chianti fiorentino, a breve distanza dalla città, Poggio Casciano si sviluppa nel periodo rinascimentale e oggi la villa signorile ospita le camere di un agriturismo di charme. Tra gli angoli da non perdere, il giardino all'italiana e il boschetto di alberi secolari con tavolini per merende e aperitivi. Oltre alle degustazioni, che possono comprendere anche assaggi di vecchie annate o di vini da botte, è una bella esperienza la caccia al tartufo, una passeggiata nei boschi della tenuta con un tartufaio professionista per scoprire trucchi e segreti della ricerca del prezioso tubero. ***ruffino.it***

Tesori nascosti

A Canelli, in Piemonte, il vino riposa al sicuro in chilometri di gallerie scavati tra il XVI e il XIX secolo

Stiamo parlando delle cattedrali sotterranee dove affinano i vini e gli spumanti dell'Astigiano. Sono uno spettacolo da non perdere, tanto che si sono meritate l'inserimento tra i beni Patrimonio dell'umanità dell'Unesco. Appartengono a quattro cantine storiche: Bosca, Contratto, Coppo e Gancia. Tutte organizzano visite guidate in questo mondo ipogeo e degustazioni. Soffermatevi sull'assaggio dei vini principe del territorio, l'Asti Spumante e il Moscato d'Asti, aromatici, con un grado alcolico contenuto e molto versatili in tavola: serviteli ben freschi e non limitatevi al tradizionale abbinamento con i dessert, ma provateli anche per un aperitivo con salumi, formaggi e torte salate, osate con le ostriche e con la salvia fritta: una rivelazione.
bosca.it contratto.it coppo.it gancia.it

IL VINO
Valdobbiadene Superiore di Cartizze Brut La Rivetta
Morbido, fresco, floreale. Con risotto alle erbe.
26 euro

Villa Sandi

CROCETTA DEL MONTELLO (TV)

Inconfondibile per il colore candido che si staglia tra i vigneti, Villa Sandi è un edificio di scuola palladiana del 1622. La visita passa dalle cantine settecentesche e arriva all'interno della villa tra sale con stucchi e bassorilievi, rischiarate da antichi lampadari di Murano. Tra le degustazioni proposte, la passeggiata con picnic sulla collina di Cartizze e la masterclass Prosecco, che permette di confrontare i diversi territori di produzione con l'assaggio di quattro vini. Si può pernottare a Valdobbiadene a Locanda Sandi, una casa colonica ristrutturata con camere e un ristorante con cucina tradizionale veneta. ***villasandi.it***

Piatto ovale **Hay Design**.

RICETTE SFIDANTI

GLI ARANCINI

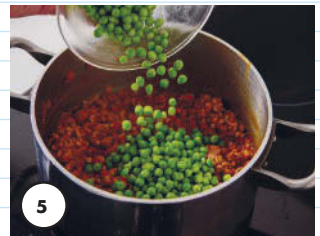
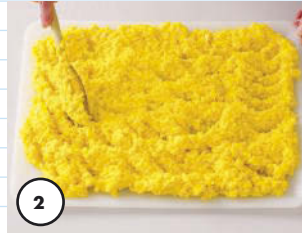
Seguite i gesti di Joëlle Néderlants per modellarli e per rivestirli con quella «corazza» croccante, non troppo spessa né troppo leggera, che è il segreto della loro bontà

GIRATE PAGINA PER LA RICETTA...

RICETTA **J. NÉDERLANTS**, TESTI **L. FORTI**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

PREPARAZIONE PASSO PASSO

Tempo: 1 ora più 30 minuti di riposo

Che cosa serve per 8 arancini: 500 g di riso Vialone Nano, 200 g di farina 00, 170 g di caciocavallo, 100 g di polpa di manzo tritata, 100 g di polpa di maiale tritata, 80 g di piselli sgranati, 30 g di burro, 3-4 cucchiai di concentrato di pomodoro, 2 bustine di zafferano, 1 sedano, 1 carota, 1 cipolla, pangrattato, olio extravergine di oliva, olio di arachide, sale, pepe

1. Tostate il riso, senza grassi. Bagnate con 1 litro di acqua bollente salata e cuocete per 15 minuti. A metà cottura, unite lo zafferano sciolto in poca acqua calda. **2.** Mantecate con il burro e 100 g di caciocavallo grattugiato. Fate raffreddare in un vassoio. **3-4.** Tritate sedano, carota e cipolla e soffriggeteli con un filo di olio. Insaporitevi le carni tritate per 3-4 minuti, versate il concentrato di pomodoro con 250 g di acqua, salate e pepate e cuocete per 15 minuti. **5.** Aggiungete i piselli e cuocete ancora per 5 minuti. Lasciate intiepidire il ragù ottenuto.

6. Mescolate la farina con 300 ml di acqua e un pizzico di sale. Preparate anche abbondante pangrattato in un piatto e tagliate a cubetti il caciocavallo rimasto. **7-8-9.** Formate gli arancini: prelevate un pugno di riso, modellatelo nell'incavo della mano creando una cavità per accogliere il ripieno. Adagiatevi 2 cucchiaiate di ragù e qualche cubetto di caciocavallo. Chiudete l'arancino con altro riso.

10. Sigillate bene e modellate tra le mani fino a ottenere la caratteristica forma a pera. **11-12.** Colate la pastella sugli arancini, tenendoli nel palmo, in modo da ricoprirli uniformemente; passateli delicatamente nel pangrattato, facendolo aderire. Posateli su un vassoio. Scaldate abbondante olio di arachide fino a 170-175 °C. **13-14.** Friggetevi gli arancini, due o tre per volta, per circa 4 minuti. Scolateli su carta da cucina.

LA SCUOLA

A CRONOMETRO

ARROTOLATO IN UNA FOGLIA

Un ripieno di salumi e verdure (da variare a piacere) per uno spuntino o un pranzo leggero, anche da passeggio

TOTALE 20 MINUTI

CHE COSA SERVE PER 1 PERSONA
50 g di prosciutto crudo, 50 g di panna acida, 50 g di feta, 6 foglie di lattuga lavate, 1 pomodoro lavato, ½ avocado pulito, limone, sale, pepe, gomasio

IN 5 MINUTI
Tagliate a metà le foglie di lattuga ed eliminate la costa. Affettate il pomodoro. Tagliate anche l'avocado a fette e spruzzatele di limone.

IN 5 MINUTI
Essiccate il prosciutto nel forno a microonde per 2 minuti a potenza massima e sminuzzatelo. Sbriciolate la feta. Condite la panna con sale, pepe e gomasio.

IN 10 MINUTI
Appoggiate le foglie sulla carta da forno, un po' sovrapposte. Spalmatevi la panna, disponete il pomodoro, la feta, l'avocado e il prosciutto. Arrotolate aiutandovi con la carta, chiudete a caramella. Tagliate a metà e servite nella carta.

RICETTA **J. NÉDERLANTS**, TESTI **L. FORTI**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

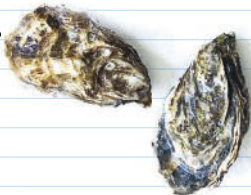
I NOSTRI CORSI

E TU, CHE ALLIEVO SEI?

In attesa della riapertura della Scuola, mettetevi alla prova con questo gastro-quiz. Rispondete alle domande e scoprite quali sono le lezioni più adatte a voi. Per tutte le informazioni consultate il sito *www.lacucinaitaliana.it* di ANGELA ODONE

1. Che cosa non c'è nella pasta brisée?
- ☐ **A.** Burro
- ☐ **B.** Uova
- ☐ **C.** Sale
- ☐ **D.** Acqua

2. Cosa si intende per 4/4?
- ☐ **A.** Una pizza alla pala
- ☐ **B.** Un impasto lievitato
- ☐ **C.** Un grembiule molto lungo
- ☐ **D.** Un impasto montato

3. In quale mese si gustano al meglio le ostriche?
- ☐ **A.** Gennaio
- ☐ **B.** Marzo
- ☐ **C.** Agosto
- ☐ **D.** Sempre

4. Come si chiamano i germogli degli asparagi?
- ☐ **A.** Fioroni
- ☐ **B.** Turioni
- ☐ **C.** Torroni
- ☐ **D.** Fiorelli

5. Alla parola monococco cosa associ?
- ☐ **A.** Un frutto tropicale
- ☐ **B.** Il farro
- ☐ **C.** Un pesce
- ☐ **D.** Uno zucchero semplice

6. La pimpinella profuma di
- ☐ **A.** Menta
- ☐ **B.** Basilico
- ☐ **C.** Anice
- ☐ **D.** Timo

7. Cosa sono le armelline?
- ☐ **A.** Piccole caramelle
- ☐ **B.** Nocciole caramellate
- ☐ **C.** Semi di pesche e albicocche
- ☐ **D.** Mandorle dolci

8. Quale fiore è commestibile?
- ☐ **A.** Crisantemo
- ☐ **B.** Oleandro
- ☐ **C.** Mughetto
- ☐ **D.** Ortensia

9. La batata è
- ☐ **A.** Una danza sudamericana
- ☐ **B.** Il topinambur
- ☐ **C.** Una patata dolce
- ☐ **D.** Un'erba aromatica

10. Quale, tra questi ruoli, è il più alto nella gerarchia della brigata di cucina?
- ☐ **A.** Chef saucier
- ☐ **B.** Sous-chef
- ☐ **C.** Plongeur
- ☐ **D.** Commis

CERCA IL TUO PROFILO

10 RISPOSTE GIUSTE

L'INFALLIBILE

Sei preparatissimo, puoi affrontare anche i corsi più impegnativi come **Cucina avanzata: le tecniche**. 4 lezioni, 290 euro.

DA 7 A 9 RISPOSTE GIUSTE

LO STUDIOSO

Sei curioso e ti piace scoprire cose nuove, è il momento di iscriversi al corso di **Crostacei**. 1 lezione, 90 euro.

DA 4 A 6 RISPOSTE GIUSTE

IL VOLENTEROSO

Anche se ti manca qualche nozione, niente ti può fermare. Che ne dici di provare **Risi e risotti**? 1 lezione, 90 euro.

DA 0 A 3 RISPOSTE GIUSTE

L'INDEFESSO

Le fondamenta non sono molto solide, per fortuna abbiamo il corso che fa per te: **Basi di cucina**. 7 lezioni, 490 euro.

FOTO ARCH. LCI, GIACOMO BRETZEL

LE RISPOSTE: 1.**B**; 2.**D**; 3.**D**; 4.**B**; 5.**B**; 6.**C**; 7.**C**; 8.**A**; 9.**C**; 10.**B**

PRINCIPIANTI IN LIBERTÀ

ASSAGGIA, È UNA SORPRESA

Composta di lamponi con cipollotto e aceto: deliziosa su sfoglie di pane croccante oppure con le carni arrostite

Impegno Facilissimo **Tempo** 20 minuti **PER 4-6 PERSONE**

NELLA LISTA DELLA SPESA

500 g di **lamponi**, 100 g di **pane carasau** Baule Volante, biologico al 100%, integrale o semintegrale, 100 g di **panna da montare** Meggle, comoda da tenere in dispensa (si mette in frigo solo prima di montarla), disponibile anche senza lattosio, 50 g di **pistacchi sgusciati**, 30 g di **zucchero di canna**, 15 g di **zenzero fresco**, 1 **cipollotto (parte verde)**, **aceto rosso**, **sale**, **pepe**

LA RICETTA

PREPARATE
Tagliate a metà i lamponi. Raccoglieteli in una casseruola con il cipollotto mondato e affettato molto sottilmente, lo zenzero sbucciato e tritato, lo zucchero, 2-3 cucchiai di aceto, sale e pepe.

CUOCETE
Fate sobbollire per 10 minuti. Bilanciate il gusto della composta con altro aceto e/o sale. Spegnete e lasciate raffreddare.

SERVITE
Per l'aperitivo, con pane croccante, panna montata, i pistacchi tritati.

RICETTA **J. NÉDERLANTS**, TESTI **L. FORTI**, FOTO **R. LETTIERI, AG. GETTY IMAGES**, STYLING **B. PRADA**

PELARE I PEPERONI

Con gli ortaggi crudi si può usare il pelapatate. Ma se si vogliono arrostire è meglio lasciare la pelle, che li protegge dalle bruciature. Si potrà eliminare facilmente alla fine, sfruttando la forza dell'aria e del calore

BREVE ATTESA

Dopo avere arrostito i peperoni nel forno (per 30-35 minuti a 200 °C), riponeteli in sacchetti per alimenti (vanno bene quelli per congelare) e sigillateli. Lasciateli riposare per 10 minuti: il vapore che si creerà nel sacchetto farà staccare la pelle dalla polpa. In alternativa, raccogliete i peperoni in una ciotola e chiudetela con la pellicola, che tratterrà il vapore all'interno; fate riposare per 10 minuti. Alla fine riuscirete a rimuovere la pelle molto facilmente.

Inquadrate il QR code con il vostro smartphone e guardate il video.

RICETTA **J. NÉDERLANTS**, TESTI **L. FORTI**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

Come tutti, anche noi facciamo la spesa.
Ecco quello che abbiamo messo nel carrello per la cucina di questo numero

1. Ottenuta da un blend di cacao Trinitario, la tavoletta fondente 70% **Domori**, sostenibile nella lavorazione e nella confezione, ha un sapore morbido e un sapore caratterizzato da aroma di datteri, cereali e crema di latte. **2.** Olive Clima di Bitonto e Coratina coltivate in provincia di Bari per l'olio Terra di Bari Bitonto Dop di **Alce Nero**, extravergine bio con profumi di erbe e mandorla. **3.** Gigante del Made in Italy, il **Parmigiano Reggiano Dop** ha quattro stagionature diverse che portano il suo sapore da sentori di latte fresco (12-19 mesi) fino a note di spezie e affumicato (35-45 mesi). **4.** I calamari al naturale di **Meno 30**, in confezioni da 500 g, sono già puliti e pronti per la cottura: basta scongelarli sotto acqua corrente, ancora chiusi nella confezione.

5. Solo carne di suino nato e allevato in Italia, antiche tecniche di lavorazione e affinamento in ambiente naturale (senza additivi) sono i segreti del **Prosciutto di Parma Dop**, tutelato e garantito dalla corona ducale, marchio del Consorzio. **6.** Tiramisù? I savoiardi devono essere leggeri ma adatti a essere inzuppati, come i Vicenzovo di **Matilde Vicenzi**, preparati con ricetta storica con ingredienti di prima scelta. **7.** Le alici sott'olio **Delicius** si pescano con pescherecci a lampara con reti che permettono una pesca selettiva, rispettosa dell'ambiente. Maturano per mesi sotto sale e vengono poi sfilettate a mano una per una. **8.** Deliziosa montata con un pizzico di zucchero, la panna fresca Chef, 100 % italiana, è ideale anche per la preparazione di mousse e cheesecake.

9. In ragù e stufati di lunga cottura, ma anche in salse o pesti crudi, il triplo concentrato di pomodoro **Mutti** aggiunge sapore e profondità; per ogni chilo di concentrato 7 chili di pomodori. **10.** Il gusto tipico dello **Speck Alto Adige Igp** deriva dalla speziatura con rosmarino, alloro, sale e pepe, unita a una leggera affumicatura e alla stagionatura all'aria di montagna. **11.** La stracciatella di burrata di **Caseificio Palazzo**, come gli altri prodotti a marchio Murgella, è prodotta dal latte dei pascoli della Murgia Barese, lavorata con processi artigianali, tra cui il siero innesto che consente la coagulazione del latte senza uso di acidi organici. **12.** Dal Sud Italia, il Melone Gialletto con buccia gialla e polpa bianca dolce e succosa è tra i campioni estivi nel reparto di frutta di **Iper la grande i**.

I NOSTRI PARTNER

Ringraziamo le aziende che hanno collaborato alla realizzazione dei nostri servizi. Per maggiori informazioni sui prodotti utilizzati nelle fotografie: lacucinaitaliana.it

Abbazia di Novacella abbazianovacella.it
Albino Armani albinoarmani.com
Alce Nero alcenero.com
Baule Volante baulevolante.it
Berlucchi berlucchi.it
Bosca bosca.it
Cantina Andriano cantina-andriano.com
Cantine Bertani bertani.net
Casa Belfi albinoarmani.com
Caseificio Palazzo caseificiopalazzo.com
Castello Monaci gruppoitalianovini.it
Ceramiche Nicola Fasano fasanocnf.it
Consorzio del Formaggio Parmigiano Reggiano parmigianoreggiano.com
Consorzio del Prosciutto di Parma prosciuttodiparma.com
Conte Vistarino contevistarino.it
Contratto contratto.it
Coppo coppo.it
Delicius delicius.it
Domori domori.com
F.lli Gancia & C. gancia.it
Florio duca.it
Fontanafredda fontanafredda.it
Gaggia gaggia.com
Garofano Vigneti e Cantine vinigarofano.it
Giovanni Raspini giovanniraspini.com
Hay Design hay.dk
Iper La grande i iper.it
Italicus rosolioitalicus.com/it
Lamole di Lamole lamole.com
Le Creuset lecreuset.it
Livio Felluga liviofelluga.it
Luxardo luxardo.it
Maisons du Monde maisonsdumonde.com
Masciarelli Tenute Agricole masciarelli.it
Masi masi.it
Matilde Vicenzi matildevicenzi.it
Meggle meggle.it
Mela Val Venosta vip.coop/it
Meno30 menotrenta.it
Moscato d'Asti Docg astidocg.it
Mutti mutti-parma.com
Novità Home novitahome.com
Parmalat parmalat.it
Poggio Casciano ruffino.it
Prosecco Superiore di Conegliano Valdobbiadene masottina.it
Rivolta Carmignani rivoltacarmignani.com
Rocca Bernarda sagrivit.it
Rotari rotari.it
Sambonet sambonet.com
Sant'Isidoro cantinasantisidoro.it
Santa Margherita Vini santamargherita.com
Serego Alighieri seregoalighieri.it
Speck Alto Adige IGP speck.it
Tenuta Ammiraglia frescobaldi.it.
Tenuta Kornell kornell.it
Tenuta San Leonardo sanleonardo.it
Tognana tognana.com
Venturini Baldini venturinibaldini.it
Veuve Clicquot veuveclicquot.com
Villa Sandi villasandi.it
Virginia Casa virginiacasa.it

Errata corrige. Sul numero di luglio, nel servizio Notizie di cibo, *a pag. 20, nella didascalia dedicata al Caseificio Palazzo sono citati due formaggi che non vengono più prodotti. Nel servizio* Ricettario *a pag. 45, Caterina Perazzi, specializzata in cucina vegetariana, dopo aver lavorato per più di dieci anni con Pietro Leemann al ristorante Joia di Milano, oggi è cuoca e non titolare del bistrot Altatto. Per entrambi gli errori ci scusiamo con gli interessati e con i lettori.*

Servizio Abbonamenti Per informazioni, reclami o per qualsiasi necessità, si prega di **telefonare al n.02 86 80 80 80**, oppure scrivere una e-mail a **abbonati@condenast.it**.

Subscription Rates Abroad For subscriptions orders from foreign countries, please visit **abbonatiqui.it/subscription**. For further information please contact our Subscription Service: phone +39 02 86 80 80 80 - e-mail: abbonati@condenast.it.
Prices are in Euro and are referred to 1 year subscription.

MAGAZINE	ISSUES PER YEAR	EUROPE AND MEDIT. COUNTRIES (ORDINARY MAIL)	AFRICA/AMERICA ASIA/AUSTRALIA (AIR MAIL)
AD	11	€ 88,00	€ 148,00
GQ	10	€ 57,00	€ 90,00
TRAVELLER	4	€ 28,00	€ 39,00
VOGUE ITALIA	12	€ 96,00	€ 173,00
VANITY FAIR	41	€ 139,00	€ 199,00
LA CUCINA ITALIANA	12	€ 97,00	€ 143,00

International distribution: A.I.E. – Agenzia Italiana di Esportazione Srl – Via Manzoni, 12 – 20089 ROZZANO (MI) Italy – Tel. +39 02 5753911 – Fax. +39 02 57512606 – e-mail: info@aie-mag.com

CONDÉ NAST

PUBLISHED BY CONDÉ NAST

Chief Executive Officer **Roger Lynch**
Global Chief Revenue Officer & President, U.S. Revenue **Pamela Drucker Mann**
U.S. Artistic Director and Global Content Advisor **Anna Wintour**

Chief Data Officer **Karthic Bala**
Chief Client Officer **Jamie Jouning**

CONDÉ NAST ENTERTAINMENT
Executive Vice President – Alternative Programming **Joe LaBracio**
Executive Vice President – CNÉ Studios **Al Edgington**

CHAIRMAN OF THE BOARD
Jonathan Newhouse

WORLDWIDE EDITIONS
France: AD, AD Collector, Glamour, GQ, Vanity Fair, Vogue, Vogue Collections, Vogue Hommes
Germany: AD, Glamour, GQ, GQ Style, Vogue
India: AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vogue
Italy: AD, Condé Nast Traveller, Experienceis, GQ, La Cucina Italiana, Vanity Fair, Vogue, Wired, Frame Condé Nast Experience Store
Japan: GQ, Rumor Me, Vogue, Vogue Girl, Vogue Wedding, Wired
Mexico and Latin America: AD Mexico, Glamour Mexico, GQ Mexico and Latin America, Vogue Mexico and Latin America
Spain: AD, Condé Nast College Spain, Condé Nast Traveler, Glamour, GQ, Vanity Fair, Vogue, Vogue Niños, Vogue Novias
Taiwan: GQ, Interculture, Vogue
United Kingdom: London: HQ, Condé Nast College of Fashion and Design, Vogue Business;
Britain: Condé Nast Johansens, Condé Nast Traveller, Glamour, GQ, GQ Style, House & Garden, LOVE, Tatler, The World of Interiors, Vanity Fair, Vogue, Wired
United States: Allure, Architectural Digest, Ars Technica, basically, Bon Appétit, Clever, Condé Nast Traveler, epicurious, Glamour, GQ, GQ Style, healthy ish, HIVE, Pitchfork, Self, Teen Vogue, them., The New Yorker, The Scene, Vanity Fair, Vogue, Wired

PUBLISHED UNDER JOINT VENTURE
Brazil: Casa Vogue, Glamour, GQ, Vogue
Russia: AD, Glamour, Glamour Style Book, GQ, GQ Style, Tatler, Vogue

PUBLISHED UNDER LICENSE OR COPYRIGHT COOPERATION
Australia: GQ, Vogue, Vogue Living
Bulgaria: Glamour
China: AD, Condé Nast Center of Fashion & Design, Condé Nast Traveler, GQ, GQ Style, Vogue, Vogue Film, Vogue Me
Czech Republic and Slovakia: La Cucina Italiana, Vogue
Germany: GQ Bar Berlin
Greece: Vogue
Hong Kong: Vogue
Hungary: Glamour
Iceland: Glamour
Korea: Allure, GQ, Vogue
Middle East: AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vogue, Vogue Café Riyadh, Wired
Poland: Glamour, Vogue
Portugal: GQ, Vogue, Vogue Café Porto
Romania: Glamour
Russia: Tatler Club, Vogue Café Moscow
Serbia: La Cucina Italiana
South Africa: Glamour, Glamour Hair, GQ, GQ Style, House & Garden, House & Garden Gourmet
Thailand: GQ, Vogue
The Netherlands: Glamour, Vogue, Vogue Living, Vogue Man, Vogue The Book
Turkey: GQ, La Cucina Italiana, Vogue
Ukraine: Vogue, Vogue Café Kiev

Condé Nast is a global media company producing premium content with a footprint of more than 1 billion consumers in 31 markets.
condenast.com

LA CUCINA ITALIANA Direttore Responsabile: Maddalena Fossati Dondero. Registrazione del Tribunale di Milano n. 2380 del 15.6.1951. La Edizioni Condé Nast S.p.A. è iscritta nel Registro degli Operatori di Comunicazione con il numero 6571. Poste Italiane S.P.A. - Spedizione in abbonamento postale - Aut. MBPA/LO-NO/062/A.P./2018 - ART. 1 COMMA 1 - LO/MI. Distribuzione per l'Italia: SO.DI.P. «Angelo Patuzzi» S.p.A. via Bettola 18, 20092 Cinisello Balsamo (Mi), tel. 02.660301, fax 02.66030320. Distribuzione Estero Sole Agent for Distribution Abroad A.I.E. - Agenzia Italiana di Esportazione SpA, via Manzoni 12, 20089 Rozzano (Milano), tel. 025753911. fax 02 57512606. www.aie-mag.com. Stampa: Rotolito S.p.a., Stabilimento di Cernusco sul Naviglio - Printed in Italy. Numeri arretrati: Il prezzo di ogni arretrato è di € 12,00 comprensivo di spese di spedizione. Per avere informazioni sulla disponibilità degli arretrati de La Cucina Italiana telefona al 039/5983886, dalle 9.00 alle 12.30 e dalle 14.00 alle 18.00 dal lunedì al venerdì, oppure consulta il sito: https://lacucinaitaliana.sfogliare.it/

Questo periodico è iscritto alla Federazione Italiana Editori Giornali

Accertamenti Diffusione Stampa Certificato n. 8798 del 05-05-2021

L'INDICE DI CUCINA

★ Facile ★★ Medio ★★★ Per esperti V Vegetariana V Senza glutine
● Piatti che si possono realizzare in anticipo, interamente o solo in parte (come suggerito nelle ricette)
(+1h) In rosso, il tempo, non operoso, necessario per lievitazione, marinatura, raffreddamento

Antipasti

	TEMPO	PAG.
ALBORELLE IN CARPIONE ★★ ●	50′ (+12h)	44
COMPOSTA DI LAMPONI E CIPOLLOTTO CON PANE CROCCANTE E PANNA ★	20′	123
MELONI E PROSCIUTTO CON RICOTTA, CROSTINI E MANDORLE ★	20′	44
PANE CUNZATO ALLA SICILIANA ★	25′	43
PIADINE IN TORTA DI ROSE ★	40′	43
ROTOLI DI LATTUGA AL PROSCIUTTO ★	20′	121

Primi piatti & Piatti unici

ARANCINI ★★★ ●	1h (+30′)	120
ASPIC DI SPAGHETTONI CON BLOODY MARY ALLE COZZE ★★ ●	50′ (+2h)	86
BUCATINI CON ZUCCHINE, PESTO DI MENTA E AVOCADO ★ V ●	35′	86
LINGUINE IN GAZPACHO DI BARBABIETOLA, AGRUMI E GAMBERI ROSSI ★ ●	35′ (+2h)	86
MALLOREDDUS CON PATATE, POMODORO E SALSA ALLA MENTA ★ V	50′	48
RISOTTO CON IL PERSICO ★ V	30′	48
SPAGHETTI AI RICCI DI MARE ★★	1h	48
SPAGHETTINI ALL'ACQUA DI POMODORO, BASILICO E MANDORLE ★ V ●	40′ (+12h)	89
SPAGHETTI, CROSTACEI E CAVIALE ★★	50′	89
TIMBALLO DI PASTA VERSIONE MODERNA ★★ V ●	1h50′ (+5h)	26
TIMBALLO DI PASTA VERSIONE TRADIZIONALE ★★ ●	2h20′	26

Pesci

CALAMARI RIPIENI DI MELANZANE, PATATE E RICOTTA SALATA ★★ V	1h10′	51
COZZE NERE RIPIENE AL FORNO ★★	1h	30
POLPO AFFOGATO IN ROSSO E CREMA DI LIMONE ★★ V	1h30′	52
SARDINE IMBOTTITE E FRITTE ★★	50′	51
TROTA ALPINA CON GEMME DI ABETE ★★	30′	51
ZUPPA DI LAGO ★★	45′	111

Verdure

CARDONCELLI IMPANATI CON MAIONESE ALLE ERBE ★ V	45′	55
INSALATA CON SALSA AL GORGONZOLA ★ V V	20′	105
INSALATA CON SALSA ALLO YOGURT ★	20′	107
INSALATA CON SALSA ALL'UOVO ★ V	20′	104
INSALATA CON SALSA ESOTICA ★ V	20′	106
INSALATA DI BOSCO ★ V V	25′	55
MELANZANE GRATINATE AL PECORINO, CON CIPOLLE, ZUCCHINE E PINOLI ★ V V	35′	55
PATATE SCHIACCIATE E PINZIMONIO AL GENEPÌ ★ V V	1h	56
PEPERONI ARROSTITI ★ V V ●	1h	124
PEPERONI RIPIENI DI PASTA ★ V ●	40′	97
PEPERONI SOTT'OLIO ★ V V ●	40′ (+30′)	96

Carni, uova e formaggio

CACIOCAVALLO ALLA GRIGLIA E ANGURIA PICCANTE ★ V	30′	60
FRITTATA ALLE ERBE ★ V V ●	20′	60
INSALATA DI GALLINA PADOVANA ★★ V ●	2h30′	33
POLLO E MELANZANE CON COMPOSTA AGRODOLCE ★ V ●	1h	60

Dolci e bevande

COCKTAIL SGROPPINO MEDITERRANEO ★ V	10′	23
CROSTATA DI MARASCHE ★★ V ●	1h (+1h)	34
CRUMBLE AL COCCO CON FRUTTI ROSSI E GELATO ★ V	50′	65
DOLCETTI COME BABÀ CON PANNA ALLA VANIGLIA ★ V ●	50′ (+50′)	64
FICHI AL CAPRINO E PISTACCHI ★ V V	25′	75
GRANITA AL CAFFÈ ★ V V ●	40′ (+12h)	76
MATTONELLA DI YOGURT CON MIELE, PINOLI E MORE ★ V V ●	30′ (+6h)	75
MINI GHIACCIOLI DI FRUTTA ★ V V ●	1h (+6h)	75
SANGRIA DI PESCHE ★ V V ●	20′ (+3h)	93
SORBETTO DI PESCHE ★ V V ●	20′ (+2h)	93
STECCHI DI TIRAMISÙ ★★ V ●	1h10′ (+12h)	76
STRUDEL DI PESCHE ★★ V ●	1h (+15′)	65
TARTELLETTE ALLA PESCA ★★ V ●	1h (+3h)	92
TORTA CAPRESE, FRAGOLE E MENTA ★★ V ●	1h10′ (+30′)	64
TORTA DI ANGURIA ★ V V	10′	75

LE MISURE a portata di mano

Per facilitare e rendere più svelto il lavoro in cucina, invece di usare la bilancia, dosate ingredienti liquidi e in polvere con tazze e cucchiai

BICCHIERINO DA LIQUORE COLMO EQUIVALE A: **60 g di acqua**, vino, brodo. 65 g di latte. 55 g di olio. 50 g di zucchero semolato.

TAZZINA DA CAFFÈ COLMA EQUIVALE A: **80 g di acqua**, vino, brodo. 70 g di olio. 70 g di zucchero semolato. 50 g di farina. 40 g di grana grattugiato.

CUCCHIAINO DA TÈ RASO EQUIVALE A: **4 g di acqua**, vino, brodo. 3 g di olio. 5 g di sale grosso. 4 g di sale fino. 3 g di zucchero semolato. 2 g di farina. 2 g di grana grattugiato.

BICCHIERE DA ACQUA COLMO EQUIVALE A: **200 g di acqua**, vino, brodo. 220 g di latte. 170 g di zucchero semolato. 130 g di farina. 160 g di riso.

TAZZA DA TÈ COLMA EQUIVALE A: **240 g di acqua**, vino, brodo. 250 g di latte. 200 g di zucchero semolato. 150 g di farina. 200 g di riso.

CUCCHIAIO DA MINESTRA RASO EQUIVALE A: **12 g di acqua**, vino, brodo, latte. 10 g di olio. 15 g di sale grosso. 15 g di sale fino. 10 g di zucchero semolato. 10 g di farina. 5 g di grana grattugiato.

MESTOLO RASO EQUIVALE A: **120 g di acqua**, vino, brodo. 125 g di latte.

PIZZICO EQUIVALE A: 5 g di sale grosso. 4 g di sale fino. 3 g di zucchero semolato.

PUGNETTO EQUIVALE A: 30 g di riso. 30 g di zucchero semolato. 25 g di farina.

APRITI SESAMO

Portato in Sicilia dagli Arabi, il seme magico oggi si coltiva ancora a mano, e con molta fatica, solamente a Ispica. Custodi del suo futuro due fratelli, innamorati di quei campi bruciati dal sole

Riuscire a parlare con i Gambuzza è quasi impossibile: sono sempre al lavoro. Per il sesamo di Ispica, che divenne Presidio Slow Food nel 2016, premiando nonno Salvatore e zio Domenico come gli unici produttori rimasti. Perché? «Sia per la concorrenza estera, sia per il tipo di coltivazione, che è molto delicata e richiede tantissimo lavoro manuale». Rispondono così oggi i giovani Salvatore e Simone (nella foto con il padre Antonino), ventinove e ventitré anni, che, giunti alla terza generazione, non hanno mai pensato di fare altro. «Siamo cresciuti nei campi, imparando il mestiere da nostro papà che ci ha trasmesso la passione per questa pianta». Quella di Ispica è una varietà particolare, tondeggiante, di un colore ambrato scuro che sembra quasi tostato, «ma è così naturalmente, grazie al sole della Sicilia, che gli dà anche un sapore molto intenso», raccontano i fratelli. Si semina a maggio, a giugno si tolgono le erbe infestanti, a luglio si ammirano i suoi meravigliosi fiori bianchi, fino a metà settembre, quando avviene la mietitura con la falce. Infine, si dispongono i mazzetti in covoni che essiccano al sole per venti giorni. «Alcuni hanno provato a meccanizzare la lavorazione, ma è impossibile; pensa che all'interno di ogni capsula ci sono ottantaquattro semi piccolissimi!». Dopo la pulitura, è pronto per la tavola. In Sicilia è il protagonista della cobaita, il ghiotto torrone al miele, e si aggiunge nello yogurt, sul pane, nelle impanature. Ma i due fratelli lo trasformano anche in tahina, la crema di sesamo mediorientale, in olio, da provare sul pesce e sulle insalate, e anche in una linea di cosmetici che sfruttano la ricchezza di minerali e sostanze nutrienti contenuti nei semi. Non è un caso se solo il sesamo poteva aprire la porta del tesoro. GIULIA UBALDI